પરાશક્તિ

કુંડલિની શક્તિ જાગરણ ના મારા અનુભવો

લેફ્ટનન્ટ કર્નલ
ટી. શ્રીનિવાસુલુ

VISIT…

LANZAROTE
Caliente.COM

પરાશક્તિ

કુંડલિની શક્તિ જાગરણ ના મારા અનુભવો

લેખક

લેફ્ટનન્ટ કર્નલ ટી. શ્રીનિવાસુલુ

કોપીરાઈટ 2018: ટી. શ્રીનિવાસુલુ
સર્વ હક્કો અમારી પાસે સુરક્ષિત રહેશે

સમર્પણ

હું એ સ્ત્રીને પ્રણામ કરું છું જે આજથી સાતસો વર્ષ પહેલા ભારતની કાશ્મીર ખીણમાં શ્રીનગરની શેરીઓમાં અર્ધનગ્ન અવસ્થામાં ફરતી હતી. હું શિવપંથની પ્રાચીન ખીણ માંથી ઉત્પન્ન મહાનતમ પ્રતિભાને નમન કરું છું. હું એ અદૃશ્ય થઇ જનાર ભિક્ષુકને નમન કરું છું જેની અંત્યેષ્ટિ તેના મૃતદેહ ઉપર અલગ ધર્મો પડતા લોકોના દાવાના કારણે થઇ શકી નહી. સ્ત્રીત્વના એ પ્રતીકને હું નમન કરું છું. હું યોગીની લલ્લેશ્વરીને નમન કરું છું! અથવા લાલ દેદ ! અથવા લલ્લા!

પરમ પાવન શ્રી સ્વામી સહજાનંદ તીર્થ વર્ષ 2009 માં 85વર્ષની વયે

અનુક્રમણિકા

લેખક દ્વારા પ્રાર્થના

આભાર

પવન પાવન સ્વામી શ્રી સહજાનંદ તીર્થના આશીર્વચન

પરિચય

યોગ નો સંક્ષેપ પરિચય

સિદ્ધ મહા યોગ

યોગ પરંપરા અંતર્ગત યોગ સાધનાના ચાર માર્ગો

કુંડલિની ઉર્જા

શક્તિપાત

શક્તિપાત પંથનો સંક્ષિપ્ત ઈતિહાસ

ક્રિયા

ઉર્જાનું સંરચિત સ્વરૂપ

કુંડલિની શક્તિની જાગૃતિ

ક્રિયાનું પ્રગટીકરણ

કરોડરજ્જુ દ્વારા ઉપરની તરફ પ્રવાહિત થતી ઉર્જા

ઉર્જાશક્તિનું ગતિવિજ્ઞાન

ચેતાતંત્રની ખાસ પ્રતિક્રિયાઓ

ઊર્જા શક્તિ અને સાધક વચ્ચેનું સંયોજન

ક્રિયાના રૂપમાં જીવન

મનનું રૂપાંતરણ

યોગના મહાવરા દરમિયાન ગુરુનું માર્ગદર્શન

અંતિમ શબ્દ

શબ્દાવલી

શક્તિપાત પંથના આશ્રમો

શક્તિપાત પંથના સાધુઓ

લેખક વિષે

લેખક દ્વારા પ્રાર્થના

આ શક્તિ મારો ભ્રમ છે ! આ શક્તિ મારી બુદ્ધિ છે !
આ શક્તિ મારો અહંકાર છે ! આ મારું મન શક્તિ છે !
મારું શરીર આ શક્તિ છે ! આ શક્તિ મારો પ્રેમ છે !
આ શક્તિ મારો ક્રોદ્ધ છે ! આ શક્તિ મારું ગૌરવ છે!

આ શક્તિ મારી વાસના છે ! આ શક્તિ મારો લોભ છે !
આ શક્તિ મારો શ્વાસ છે ! આ શક્તિ મારા જીવનનું બળ છે !
મારું જીવન આ શક્તિ છે ! આ શક્તિ મારું સ્વપ્ન છે !
આ શક્તિ મારી ઊંઘ છે ! આ શક્તિ મારી વિનમ્રતા છે !

આ શક્તિ અવકાશ છે ! આ શક્તિ સમય છે !
આ શક્તિને હું પ્રણામ કરું છું !
આ શક્તિ સંપૂર્ણ સત્ય છે !

આ શક્તિ સંપૂર્ણ ચેતના છે !

આ શક્તિ સંપૂર્ણ આશીર્વાદ છે!
આ શક્તિ રહસ્યમય છે !

આ શક્તિ અખૂટ છે !
આને કુંડલિની શક્તિ કહેવાય છે !
આ શક્તિ ઈશ્વરીય માર્ગની રહસ્યમય ઉર્જા શક્તિ છે !

આભાર

હું મારા બાળપણના મિત્ર ડો. વીવીએસએસ ચંદ્ર સેખરમ અને તેમના પત્ની શ્રીમતી વી. રાજેશ્વરી નો હમેશ માટે ઋણી રહીશ. આ દંપતીના નિવાસસ્થાને મેં આ યોગ સાધનાનો પ્રારંભ કર્યો હતો.

આ પુસ્તકના પ્રારંભિક મુસદાનું સંકલન કરવા બદલ અને તેનું યોગના પરિપેક્ષમાં મૂલ્યાંકન કરવા હું મારા સહયોગી યોગ સાધકો શ્રી કમલ કુમાર, શ્રી રવિ કુમાર કૌશિક અને શ્રી અજય હમસાગરનો પણ આભારી છું.

મારા ગુરુ પરમ પાવન સ્વામી શ્રી સહજાનંદ તીર્થના આશીર્વાદ વિના હું આ પુસ્તકની રચના કરી જ ન શક્યો હોત. પરમ પાવન સ્વામીશ્રી મેં આ પુસ્તક લખવું શરુ કર્યું ત્યારથી આ પુસ્તક યોગના પરીપેક્ષથી ભટકી ન જાઉં તે હેતુ થી મારું માર્ગદર્શન કરી રહ્યા છે.

આ પુસ્તક માટે સંકલન, ફોર્મેટિંગ, મુખપૃષ્ઠની ડીઝાઇન, અને મુદ્રણના ઊંચા ધોરણો જાળવવા બદલ હું પ્રકાશકોનો પણ આભારી છું.

આ પુસ્તક પ્રકાશિત કરવા માટે મને જરૂરી મંજુરી આપવા બદલ હું ભારતીય સેનાના ડાયરેક્ટોરેટ ઓફ મીલીટરી ઈન્ટેલીજન્સ નો પણ આભારી છું.

@shehnusarnamu

પવન પાવન સ્વામી શ્રી સહજાનંદ

તીર્થના આશીર્વચન

પ્રત્યેક વ્યક્તિ તેના સર્જકને પામવા માટે અલગ અલગ માર્ગ ઉપર ચાલે છે. અને આપણે ગમે તે માર્ગ પસંદ કર્યો હોય, સર્વોચ્ચ દિવ્યશક્તિની કૃપા આપણી સાથે હમેશા હાજર હોય છે.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે દિવ્યતાનો વિચાર અનોખો અને અલગ છે, કારણકે દરેક વ્યક્તિનું સંસાર વિશેનું જ્ઞાન અલગ અલગ છે. આ વિચારની સમજણ આપવા માટે હું થોડાક ઉદાહરણ આપવા માગું છું. વ્યક્તિ દિવ્યતાની આરાધના એક પ્રેમી અથવા પ્રેમિકાના રૂપમાં કરી શકે છે, અથવા તેની આરાધના એક મિત્રના રૂપમાં, પિતા તરીકે, માતા તરીકે, પુત્ર તરીકે, અથવા પુત્રીના રૂપમાં પણ કરી શકે છે. આ ઉપરાંત કોઈ પણ સંસારિક સંબંધોના માપદંડ અનુસાર આપણે દિવ્યતાની આરાધના કરી શકીએ છીએ.

આ વિચાર આપણે માનવીય સંબંધોના અન્ય રૂપને પણ લાગુ પાડી શકીએ છીએ. ઉદાહરણ રૂપે, કોઈ વ્યક્તિ સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર અથવા દિવ્યતાની કલ્પના જેને એક રણમેદાન માં પરાજિત કરવું આવશ્યક હોય તેવા શત્રુના રૂપમાં પણ કરી શકે છે, અથવા દિવ્યતાની કલ્પના યુદ્ધ કૌશલ્ય માં અતિ પ્રવીણ અને ગમે તેવા બળવાન શત્રુને પણ હરાવી શકે એવા યોદ્ધા તરીકે પણ કરી શકાય. એજ રીતે, આપણે દિવ્યતાની કલ્પના એક સંપૂર્ણ શિક્ષક તરીકે કરી શકીએ જે આપણને સંપૂર્ણ જ્ઞાન આપી શકતા હોય. આ ઉપરાંત, દિવ્યતાનો વિચાર આપણે અન્ય પરિમાણો પ્રમાણે પણ કરી શકીએ. આમાં સર્વશક્તિમાન નિરાકાર ઈશ્વર, અથવા કોઈ અતિ સુંદર, યુવાન અને શક્તિમાન પુરુષ, અથવા દયાળુ માતા અથવા પિતા અથવા ભાઈ ઈત્યાદીનો સમાવેશ થાય છે. આ સૂચિનો કોઈ રીતે અંત આવે તેમ નથી.

આ ક્ષણે આ પૃથ્વી ઉપર અબજોની સંખ્યામાં મનુષ્યો જીવે છે. અબજો લોકો આ પૃથ્વી ઉપરથી ગુજરી ગયા છે અને અબજો લોકો જન્મ લેવાના છે. અને આ અબજો લોકોમાં દિવ્યતાનો વિચાર પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે અનોખો જ રહેવાનો છે. સર્વોચ્ચ દિવ્યતા અથવા સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર તો તેની કૃપા પ્રત્યેક વ્યક્તિ ઉપર તેની લાગણીઓ અથવા સ્વભાવ અનુસાર વરસાવે જ છે. આ કારણે વ્યક્તિ સંપૂર્ણપણે અંતરીક સંતોષ મેળવે છે અને તેનું મન સંપૂર્ણપણે સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરે છે. મન સ્થિર થવાથી સ્વત્વમાં અને આપણા સ્થિર મનમાં દિવ્યતાની

ઝાંખી થાય છે. આ પ્રત્યેક યોગ સાધનાનો અંતિમ ઉદ્દેશ છે. આ સ્થિત પ્રાપ્ત થયા પછી આત્મજ્ઞાન મેળવવા માટેની આપણી યાત્રા શરુ થાય છે, જ્યાં આપણો સંગમ ઉચ્ચતમ દિવ્યતા સાથે થવો આવશ્યક બને છે. યોગ ઉપર લખાયેલા ગ્રંથો અનુસાર, વ્યક્તિનું આ અંતિમ મુક્તિ સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની ઈચ્છા અનુસાર થાય છે કારણકે હવે વધુ યોગ પ્રવીધિઓ બાકી રહેતી નથી. આમ, ઈશ્વરને સંપૂર્ણપણે સમર્પિત થવું એ જ એકમાત્ર વિકલ્પ છે.

વ્યક્તિએ પસંદ કરેલ માર્ગ લક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટેનું સાધન માત્ર છે, અને ઈશ્વર પ્રાપ્તિ એ લક્ષ છે. વ્યક્તિએ પસંદ કરેલ માર્ગના પરિણામે આ માર્ગમાં વ્યક્તિને થનારા અનુભવો પણ અનોખા હોય છે.

જોકે, પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાની પ્રકૃતિ અનન્ય હોવા છતાં, અમુક સામાન્ય લક્ષણો ધરાવે છે જે તમામ વ્યક્તિઓમાં જોવા મળે છે. પરિણામે, અમરત્વ પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગમાં થતા અમુક અનુભવો સર્વ સામાન્ય હોવાનું જણાય છે.

આ સર્વસામાન્ય અનુભવોના આધારે, મુશ્કેલ યોગ સાધનાઓ અને તત્વજ્ઞાન ના સિદ્ધાંતોની રચના કરવામાં આવી છે જે અલગ અલગ પ્રકારના લોકો માટે ઉચિત છે! આથી, યોગ સાધના અને તત્વજ્ઞાન અથવા અન્ય કોઈ પણ ઉપાય ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ માત્ર માટેના સાધનો જ છે.

વ્યક્તિગત શક્તિ અથવા આત્માનું પરમાત્મા અથવા ઈશ્વર સાથે મેળાપ કરવું એ મનુષ્યના અસ્તિત્વનું એક માત્ર ઉદ્દેશ છે. યોગ ગ્રંથો અનુસાર, સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં માત્ર મનુષ્ય શરીર આ માટે આવશ્યક એવી વ્યવસ્થા ધરાવે છે.

મનુષ્યની આસપાસ બ્રહામંદ અથવા વિશ્વનું અસ્તિત્વ ભ્રામક પ્રકૃતિનું છે. તે એક પડદા ઉપર દર્શાવવામાં આવતા ચલચિત્ર સમાન છે. મનુષ્ય માત્રને આ સ્થિતિનું જ્ઞાન ધીમે ધીમે, યોગ સાધના અને આત્મજ્ઞાની અને આદરણીય ગુરુ ના આશીર્વાદ દ્વારા પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મજ્ઞાનની આ પ્રક્રિયા મનુષ્યના મગજમાં જ આકાર લઈ શકે છે. એક વાર આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય, મનુષ્યની અંતરાત્મા ને તેના દિવ્ય અસ્તિત્વનો અનુભવ થાય છે.

જો સક્ષેપમાં કહીએ તો, જો કોઈ વ્યક્તિ ઈચ્છે તો બ્રહ્માંડની ભૌતિક અને અધ્યાત્મિક શક્તિઓ ઉપર અલૌકિક નિયંત્રણ મેળવી શકે તેમ છે. જોકે, અસ્તિત્વ ની પ્રકૃતિ જો ભ્રામક હોઈ, આની આવશ્યકતા જ કદાચ ઉપસ્થિત ન થાય. વધુમાં, જે વ્યક્તિએ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હોય, તેને પોતે સર્વવ્યાપક આત્મા થી અલગ અસ્તિત્વ ધરાવે છે તેવો વિચાર પણ આવશે નહી.

મનુષ્ય માટે આ વિશ્વમાં આત્મજ્ઞાન મેળવવા માટેના પ્રયત્નો કરવા સિવાય કોઈ અન્ય અર્થપૂર્ણ કાર્ય કરવાનું બાકી રહેતું નથી. જો કોઈ મનુષ્ય ‘જીવન’ વિષે અન્ય કોઈ પણ વિચાર ધરાવતો હોય, તો તે માત્ર જ્ઞાનવિહીનતા ના કારણે

છે. આથી, આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની પ્રક્રિયા અનન્ય છે કારણ કે તે જ એક માત્ર વસ્તુ છે જે પ્રાકૃતિક રીતે પ્રાપ્ત કરવી આપણો ઉદેશ છે. દિવ્ય શક્તિ અથવા સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર દ્વારા આ ભ્રામક સ્થિતિ માંથી બહાર નીકળવા માટે મનુષ્યના શરીર ની અંદર જ શારીરિક વ્યવસ્થા કરી છે, જેને આપણે બ્રહ્માંડીય રચના અથવા દિવ્ય શક્તિ ની ઈચ્છા કહી શકીએ.

જોકે, જ્યાં સુધી કોઈ વ્યક્તિને તેમના જીવનમાં સંસારી સમસ્યાના રૂપમાં કોઈ આંચકો અથવા ધક્કો ન પહોચ્યો હોય ત્યાં સુધી અંતરમન તરફ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું સામાન્ય રીતે બનતું નથી. વાસ્તવમાં વ્યક્તિ દ્વારા ભૂતકાળમાં કરવામાં આવેલ કાર્યોના આધારે સંસારમાં સમસ્યાઓ ઉપસ્થિત થાય છે જેથી તેનું ધ્યાન તેના અંતરમન તરફ કેન્દ્રિત થાય છે.

જીવનમાં આધ્યાત્મિક માર્ગમાં ઊંચા આદર્શો પ્રાપ્ત કરવાનું સ્વપ્ન જોતા કોઈ પણ વ્યક્તિ કોઈ પણ વ્યક્તિ તેના સામાન્ય જીવનમાં અમુક સંસારી આંચકાઓ માંથી પસાર થવું પડે છે. સ્વાભાવિક રીતે કોઈ પણ વ્યક્તિને આ અપ્રિય વિચાર પસંદ આવે નહી. પ્રત્યેક વ્યક્તિ આત્મજ્ઞાન ની સ્થિતિને સરળ અને સુખી જીવન જીવીને પામવા ઈચ્છે છે. જો જીવન સુખરૂપ અને આનંદદાયક હોય તો કોણ આવું જીવન છોડીને કોઈ અજાણી સ્થિતિની શોધમાં જવા તૈયાર થશે? કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે, પછી તે સ્ત્રી હોય કે પુરુષ, પોતાનું ધ્યાન બાહ્ય જીવનમાંથી હટાવીને અંતરમન તરફ લઈ જવા માટે તેમની સામાન્ય જીન્દગીમાં બાહ્ય રીતે કંઈક બને તે જરૂરી છે, જેના કારણે તેઓ આમ કરવા તૈયાર થાય. આ એક કડવી ઔષધી છે જે વ્યક્તિએ તે દિવ્ય શક્તિ સાથે સમાધાન કરવા માટે પીવી આવશ્યક છે.

જેમણે બહારથી કડવી ઔષધી નો સ્વાદ ધરાવતું આવું અમૃત પીધું છે તે લોકો ધન્ય છે. સાંસારિક અભિપ્રાય પ્રમાણે જયારે કોઈ વ્યક્તિ જીવનમાં સફળ થઇ ન હોય – આર્થીક રીતે, વ્યવસાયિક રીતે કે કોઈ અન્ય રીતે -, સમાજ આવી વ્યક્તિને નિષ્ફળ ગણે છે. હકીકતે આવી વ્યક્તિ તેમના કહેવાતા “નિષ્ફળ” જીવનને લઈને આત્મવિશ્વાસ ગુમાવે છે. વધુમાં, આવી વ્યક્તિને અન્ય ઘણી મુશ્કેલીઓ નડી શકે છે, જેમકે કોઈ સ્વજનને ગુમાવવું, સંપતિ ગુમાવવી વિગેરે. કોઈ વ્યક્તિના જીવનમાં બનતી કોઈ મોટી કમનસીબ ઘટનાને પણ આવી કડવી દવા તરીકે વર્ણવી શકાય.

જોકે, આવા નિર્ણાયક તબક્કે, જો કોઈ વ્યક્તિ તેનું ધ્યાન અંતરમન તરફ કેન્દ્રિત કરે તો તેણે પરિસ્થિતિને સાચી દિશામાં ફેરવી છે તેમ કહી શકાય. આનો અર્થ એ નથી કે આવી વ્યક્તિ પોતે સાંસારિક દ્રષ્ટીએ કરેલી ભૂલો સુધારવાના ઉદેશથી આર્થિક અથવા વ્યવસાયિક રીતે સફળ થવાના પ્રયત્નો કરે. જો આજ સ્થિતિ હોય, તો આપણા ધ્યાન અથવા ચિંતનની દિશામાં કોઈ

પરિવર્તન થયું જ નથી તેમ કહી શકાય. વ્યક્તિનું ધ્યાન દિવ્યતા ની દિશામાં પલટો લે તે જરૂરી છે, અને આ દિવ્યતા વ્યક્તિના અંતરમાં જ સ્થિત છે. જો વ્યક્તિ એકવાર આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા સક્ષમ બને તો તે વ્યક્તિ બાહ્ય સંસારમાં દ્રશ્યમાન ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક તત્વો ઉપર પૂરી રીતે નિયંત્રણ મેળવે છે. પરિણામે, ક્ષુલ્લક સાંસારિક બાબતો જે એક સમયે તેને કડવી ઔષધી સમાન લાગતી હતી, તે હવે તેના માટે ચિંતાનું કોઈ કારણ બનતી નથી. વાસ્તવમાં આવી વ્યક્તિને અગાઉ કડવી દવા સમાન લાગતી સ્થિત હવે કંઇક અસાધારણ વસ્તુની પ્રાપ્તિ માટેનું કારણ બની હોય તેમ જણાય છે. આથી, આવી વ્યક્તિએ તેની નિષ્ફળતાને ઉચ્ચતમ સફળતામાં પરિવર્તિત કરી હોવાથી તેઓ ખરેખર ધન્ય છે!

પ્રત્યેક માતા, જયારે તે પોતાના માંદા બાળકને દવા પીવડાવતી હોય, ત્યારે આ જ સમસ્યાનો સામનો કરે છે. દવા ને ખાંડનું પડ ચડાવવું, એટલે કે સુગર કોટ કરવી જરૂરી લાગે છે! અન્યથા, બાળક ગમે તે ભોગે દવા પીવાને ઇનકાર કરશે જ. જો તેને સુગર કોટ કરેલી ગોળી ખવડાવવામાં આવે તો બાળકને પોતે દવા લીધાની ખબર પડતી નથી અને તે સાજો પણ થઇ જાય છે! તે જ રીતે, પ્રત્યેક વ્યક્તિનો આત્મા પોતાની દિવ્યતા વિશેની અજ્ઞાનતા અથવા જ્ઞાનવિહીનતા નામના રોગથી પીડાય છે. જોકે આ આધ્યાત્મિક ઉપચારની યુક્તિ અનાદીકાળ થી સર્વશક્તિમાન બળ, જેને આપણે દિવ્ય શક્તિ અથવા ઈશ્વર તરીકે ઓળખીએ છીએ, તે જ શ્રેષ્ઠ રીતે સમજે છે.

કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થવાના પરિણામે મન ઉપર તેની ગહન અસર થાય છે. તે યોગ સાધક ના મનના સંતુલનમાં ઉચ્ચ સ્તરની વૃદ્ધિ કરે છે. આ ઉપરાંત, તેનાથી સાધકનું મન સર્વાગ્રહી રીતે સભાન અને જાગૃત બને છે.

લેખક દ્વારા યોગ સાધક ઉપર કુંડલિની શક્તિની સાધના કર્યા પછી શું અસર થાય છે તેના વિષે સ્પષ્ટ સમજ આપવામાં આવી છે. આ એક જટિલ પ્રક્રિયા હોવા છતાં, લેખક શરીર અને મનમાં તેમજ સાધકના દૈનિક જીવન માં ઉત્પન્ન થતી પ્રતિક્રિયા અંગેના વિચારો પ્રસ્તુત કરવામાં સફળ રહ્યા છે. આ વિચારો માત્ર સિદ્ધાંત રૂપે જ નહિ પરંતુ તેમણે પોતે પ્રત્યક્ષ રીતે કરેલ અનુભવો વર્ણવે છે.

આ પુસ્તક ધર્મગ્રંથો, તત્વજ્ઞાન અને સિદ્ધાંતો વિશેની શૈક્ષણિક ચર્ચા કરવાના આશયથી રચવામાં આવ્યો નથી. આ પુસ્તકમાં વર્ણવેલ અનુભવો લેખકે પોતે જ અનુભવેલ સ્થિતિ દર્શાવે છે. લેખક માનવસમાજમાં ઉદ્ભવતા કેટલાક ગહન પ્રશ્નોના ઉત્તર શોધવામાં સફળ રહ્યા છે.

પોતાના અંગત અનુભવો વર્ણવીને યોગ પરંપરાનું ઉલ્લંઘન કરવામાં આવ્યું છે કે કેમ એ એક વ્યક્તિગત વિચારની બાબત છે. એટલું તો સ્પષ્ટ છે કે આનાથી કોઈ માનવસમાજ ઉપર કોઇ નકારાત્મક અસર પડી નથી. આથી, આ મુદ્દાને લઈને આલોચના કરવાનું કારણ જણાતું નથી. આ પુસ્તક પરોપકારી

દ્રષ્ટિબિંદુ થી લખવામાં આવ્યું છે.

લેખકે પોતાને પ્રસ્તુત સિદ્ધાંતો સાચા હોવા અંગે તેમજ તેમના અનુભવો ની વિશ્વસનીયતા અંગે આશંકા હોવાથી આ પુસ્તકની હસ્તપ્રત મને ચકાસવા આપી છે. અહી, મારે માત્ર એકજ વાત કહેવી છે. અનાદીકાલીન ઉચ્ચતમ બળ બ્રહામાંન્દમાં ઉત્પન્ન થતા સ્પંદનો વિષે સારી રીતે જાણે છે, કારણકે તે પોતે જ એક મહત્વનું સ્પંદન છે.

હું ફરી એક વાર કહેવા માગું છું કે આ પુસ્તક કોઈ બૌધિક ચર્ચા કરવાના આશયથી લખવામાં આવ્યું નથી. આ એક અનાદીકાલીન બળનું સ્પંદન છે. આ વિચાર પ્રસ્તુત કરવામાં અથવા તેનું વર્ણન કરવા માટે લેખક એક માધ્યમ માત્ર બન્યા છે.

આ પુસ્તકમાં લેખક દ્વારા કોઈ નવી વાત કહેવામાં આવી નથી. જોકે, લેખકે જે રીતે પ્રાચીન કાળ થી અમલમાં રહેલ સત્ય ની રજૂઆત કરી છે તે આ પુસ્તકને રસપ્રદ બનાવે છે.

જે રીતે મને સંજય છે, લેખકે આ પુસ્તક તેમને પ્રેરણા મળી તે ક્ષણોમાં લખ્યું છે. આ પ્રેરણાની ક્ષણોમાં લખવામાં આવેલ હોઈ, આ પુસ્તક લેખક દ્વારા રચાયેલું નથી. આમાં પ્રયોજાયેલા શબ્દો અનાદિકાળના ઉચ્ચતમ બળ દ્વારા કરવામાં આવેલું વર્ણન છે.

આ પુસ્તક મોહની ગાંઠ છૂટી પાડે અને યોગ સાધકના મનમાં ચાલતા અજ્ઞાનનો નાશ કરે એવી પ્રાર્થના !

આ પુસ્તક પ્રત્યેક વાચક માટે પ્રકાશનું પ્રથમ કિરણ લાવે અને આશા દીપક તરીકે કાર્ય કરે તેવી પ્રાર્થના!

- શ્રી સ્વામી સહજાનંદ તીર્થ

પરિચય

છેલ્લા ૨૫00 વર્ષોથી મનુષ્ય વંશ માં મહત્વના પરિવર્તનો જોવા મળે છે. અહી, હું સામાજિક અને આર્થીક પરિવર્તનો સબંધી ઐતિહાસિક ઘટનાઓની વાત નથી કરી રહ્યો. આ પુસ્તકમાં માનવ જાત દ્વારા વિભિન્ન વાસ્તવિકતાઓના કરવામાં આવેલ સામના વિષે ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

દરેક વાચકને એ વાતની જાણ હશે કે અમુક ધર્મો, જે આજે પાળવામાં આવે છે, તેમનું અસ્તિત્વ ખ્રિસ્તી યુગના શરુ થયા પહેલા હતું નહી. તે જ રીતે, ખ્રિસ્તી યુગના પ્રારંભ પછી ઘણા નવા ધર્મો અસ્તિત્વમાં આવ્યા છે. આથી, વિશ્વના કેટલાક ભાગોમાં માનવ જાતના ધર્મ સબંધી ખ્યાલોમાં નોંધપાત્ર પરિવર્તન આવ્યું છે. તદુપરાંત, એરીસટોટલ અને પ્લેટો ના સમયમાં પૃથ્વી બ્રહ્માંડનું કેન્દ્રબિંદુ છે તેવો ખ્યાલ પ્રચલિત હતો. ત્યારબાદ, કોપર્રિકસ અને ગેલીલીયોના સમયમાં આ વિચારોમાં પરિવર્તન આવ્યું. લોકોએ માન્યું કે પૃથ્વી બ્રહ્માંડનું કેન્દ્રબિંદુ નથી અને બધા ગ્રહો સુર્યની આસપાસ ભ્રમણ કરે છે. વધુમાં, ન્યુટનના સમયમાં બ્રહ્માંડને એક યાંત્રિક મોડલ તરીકે જોવાનું શરુ થયું. ન્યુટન યુગના યાંત્રિક મોડલ થી લઈને, આઈન્સટાઇનના અને પરિમાણ સબંધી યંત્ર વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતોના આધારે, બ્રહ્માંડ સબંધી વાસ્તવિકતાને પણ યાંત્રિક રુપે જોવામાં આવે છે. આમ, બ્રહ્માંડ અને મનુષ્ય જાત ના અસ્તિત્વ અંગેના આપણા વિચારો ક્યારેય શાશ્વત રહ્યા નથી પરંતુ તેમનામાં પરિવર્તન આવતું રહ્યું છે. આથી, આ પુસ્તકમાં લોકોના ધાર્મિક વિચારો, તત્વજ્ઞાન સબંધી વલણ, વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધિઓ અને અંતમાં શાંતિ માટેની શોધ વિષે ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

@shehnusarnamu

૨૧મી સદીના વાચક તરીકે, આપ છેલા ૨૫00 વર્ષોમાં અસ્તિત્વ માં આવેલ વિભિન્ન ધર્મોથી માહિતગાર હશો. આજના વિશ્વમાં અસ્તિત્વ ધરાવતા મોટા ભાગના ધર્મોના મૂળિયાં આ સમયગાળા દરમ્યાન નંખાયેલા છે. કદાચ, હિંદુ ધર્મ આમાં એક માત્ર અપવાદ છે – આ ધર્મ ક્યારે સ્થાપવામાં આવ્યો તેનો સમયગાળો નોંધાયેલા ઈતિહાસના અભાવમાં નિશ્ચિત થઇ શકે તેમ નથી. હિંદુ ધર્મ પાળવાનું ક્યારથી શરુ થયું તે અંગે પણ અનુમાન લગાવવું શક્ય નથી.

આ જ વાત પૂર્વ અને પશ્ચિમમાં તત્વજ્ઞાન અને દર્શનશાસ્ત્ર સબંધી જે વિકસિત થયેલ વિવિધ વિચારધારાઓના વિષયમાં પણ લાગુ પડે છે. ઉપરાંત, ઐતિહાસિક પુરાવાના અભાવમાં તત્વજ્ઞાન સબંધી ભારતીય વિચારધારાઓ ક્યા સમયગાળામાં અસ્તિત્વમાં આવી તે અંગે ચોક્કસ રીતે કહેવું પણ મુશ્કેલ છે.

મનુષ્ય જાતિનું અસ્તિત્વ ૨૫00 વર્ષો કરતાં ઘણા વધુ સમયથી રહ્યું છે.

આપણે આ સમયગાળા પહેલાની સહાસ્ત્રશતાબ્દી વિષે આપણે વધુ કંઈ જાણતા નહી હોવા છતાં, સમગ્ર પૃથ્વીમાં વિવિધ ભાગોમાં વિવિધ સંસ્કૃતિઓ અસ્તિત્વ ધરાવતી હતી એવું અનુમાન આપણે બાંધી શકીએ. કદાચ આ સંસ્કૃતિઓમાં કોઈક અજાણ ધાર્મિક પ્રથાઓ પાળવામાં આવતી હશે, અથવા આવી સંસ્કૃતિઓ કોઈ અજાણ તત્વજ્ઞાનના સિદ્ધાંતો ઉપર આધારિત હશે.

વ્યવસ્થિત રીતે નોંધેલ ઈતિહાસ માત્ર ૨૫00 વર્ષના ભૂતકાળ સુધી જ મર્યાદિત હોવાથી, સર્વસાધારણ ઉદાહરણની ચર્ચા કરવાના આશયથી હું માત્ર આ જ સમયગાળા ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીશ.

વિવિધ ધાર્મિક વિચારધારાઓ અને તત્વજ્ઞાનના સિદ્ધાંતો ઉપરાંત, આજ કાલખંડ માં આધુનિક વિજ્ઞાનના સંશોધનો પણ થયા છે. એરીસટોટલ, કોપેર્નીકાસ, ગેલીલિયો, ન્યુટન અને આઈન્સટાઇનના સિદ્ધાંતો પણ આ જ સમયગાળામાં વિકાસ પામ્યા.

અંતમાં, શાંતિના મહત્વને કોઈ કાલે ઓછું આંકી શકાય નહી. છેલા ૨૫00 વર્ષો દરમ્યાન લાદવામાં આવેલ યુદ્ધોમાં જે રક્ત વહી ચુક્યું છે, તેને ધ્યાનમાં લેતાં આ વિષે વધુ કંઈ કહેવાની જરૂરિયાત જણાતી નથી.

કોઈ પણ ધર્મ, તત્વજ્ઞાન, વિજ્ઞાન, અથવા કોઈ પણ અન્ય વિચાર, પછી તે ગમે તેટલો મહાન હોય, પણ જો તેની મદદથી શાંતિ અને સુખાકારી લાવી શકાય તેમ ન હોય તો તેનું શું મહત્વ હોઈ શકે? આથી, તાર્કિક રીતે કહી શકાય કે શાંતિ ની શોધ દરેક ધર્મ, તર્કશાસ્ત્ર, અથવા વિજ્ઞાનના વિકાસનો અંતિમ ઉદેશ છે. અને, આ આત્મિક શાંતિની ઝંખના મનુષ્ય માટે પ્રાકૃતિક રીતે સ્વાભાવિક પણ છે. મનુષ્ય માત્ર જે પ્રમાણે ધર્મની કલ્પના કરે છે, તે દ્રષ્ટીએ તત્વજ્ઞાન અને વિજ્ઞાન વચ્ચેનો તફાવત આભાસ માત્ર છે.

આ વિશ્વમાં ધાર્મિક વ્યવસ્થા, સંસ્કૃતિ, તત્વજ્ઞાન અને વૈજ્ઞાનિક વિચારોની આવન જાવન ચાલુ જ રહે છે. આમાંનું કંઈ પણ શાશ્વત નથી. પ્રત્યેક માનવી માટે શાંતિ માટેની ઝંખના એક મૌલિક અધિકાર છે. આ પુસ્તક લખતી વેળા મેં આ પાસા ઉપર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે.

દરેક વ્યક્તિએ, ગમે તે ભોગે, આ શાશ્વત શાંતિ અને અમર પદની પ્રાપ્તિને પોતાનો અંતિમ ધ્યેય ગણી આ સંસારમાં જ તેની પ્રાપ્તિ માટે યત્ન કરવું જોઈએ.

અને, આ જ યોગ છે ! યોગ સાધના માટેની યુક્તીઓની આ પુસ્તક માં ચર્ચા કરવામાં આવી છે. આટલી સમાજ આપ્યા પછી, હવે આપણે આ પુસ્તકના મુખ્ય વિષય વસ્તુ વિષે ચર્ચા કરીએ.

આપણે જાણીએ છીએ કે સમગ્ર બ્રહ્માંડ ઉર્જાથી છલોછલ ભરેલું છે. આધુનિક વિજ્ઞાન પણ ઉર્જાના આ વ્યાપને સ્વીકારે છે. જોકે, સામાન્ય ચર્ચામાં

આપણે ઉર્જાની વ્યાખ્યા એક સીમિત સ્વરૂપમાં કરીએ છીએ. કદાચ, આપણી માર્યાદિત બુદ્ધિ ના કારણે પણ આમ બનતું હોય. વહેવારુ તર્કની દ્રષ્ટીએ પણ, મનુષ્યનું અસ્તિત્વ સર્વવ્યાપ્ત શક્તિ થી અલગ હોય તે શક્ય નથી. જોકે, આપણો અહંકાર આપણને આ હકીકત સ્વીકારતાં અટકાવે છે. આ વાતની ચર્ચા મેં વિગતવાર આગળ એક પ્રકરણમાં કરી છે.

મનુષ્ય બુદ્ધિ પણ આ સર્વવ્યાપી શક્તિનો જ એક ભાગ છે. વૈજ્ઞાનિકોએ આ અતિ મહત્વના પાસાની અવગણના કરી છે. શક્ય છે, તેઓ આ બાબતને તત્વજ્ઞાન અને ધર્મનાં વિષય તરીકે ગણતા હોય. વિજ્ઞાન તો માનસશાસ્ત્રને પોતાના ભાગ તરીકે પણ ગણતું નથી . જોકે, વિજ્ઞાની સંપૂર્ણ એકીકરણ ના સિદ્ધાંત માટેની શોધ તેના દ્રષ્ટિકોણ થી તદન વિરુદ્ધ છે. જયારે વ્યક્તિ પોતે જ સમગ્ર વિશ્વનો એક ભાગ હોય, તો પોતે અલગ પ્રતિકૃતિ રૂપે સંપૂર્ણતાની શોધ કેવી રીતે કરી શકે?

આમ કરીને આપણે મૂળભૂત રીતે જ ભૂલ કરીએ છીએ.

વિજ્ઞાન પોતાના માર્ગથી ભટકી ગયું હોય અને આકાશ અને સમયના અજાણ ઊંડાણમાં સરકી ગયું હોય તેમ જણાય છે. વૈજ્ઞાનિકો બ્લેક હોલ અને એકરૂપતાના બિંદુ થી મંત્રમુગ્ધ થઇ ગયા છે.

આમ છતાં, બ્રહ્માંડની ઉત્પતિ અને તેના વિધાતા વિષે વિજ્ઞાન યોગ ગ્રંથો દ્વારા શરૂઆતમાં કાઢવામાં આવેલ નિષ્કર્ષ ની સમકક્ષ જ છે.

@shehnusarnamu

આ વાત હું સંક્ષેપમાં સમજાવવાનું પ્રયત્ન કરું છું. અનાદીકાળની શક્તિ, જે ઈશ્વર અથવા સર્વશક્તિમાન દિવ્યતા માંથી ઉત્પન્ન થઇ છે, તેને આપણે બ્રહ્માંડના સ્વરૂપે જોઈએ છીએ. અમુક લોકો તેને બીગ બેંગ જેવી બ્રહ્માંડની ઉત્પતિની થીયરી સાથે પણ સરખાવે છે અને તે સબંધે અમુક અન્ય વ્યાખ્યાઓ અને શબ્દાવલી નો પણ ઉપયોગ કરે છે. હું પોતે તર્કની કળા અને શબ્દભંડોળમાં વિદ્વાન હોવાનો દાવો નથી કરી રહ્યો. તેમજ, હું ગણિતશાસ્ત્રી કે વૈજ્ઞાનિક પણ નથી જે એકરૂપતા ના સિદ્ધાંતને ચોક્કસાઈ સાથે સમજાવી શકે. દરેક વ્યક્તિ જાણે છે કે બ્લેક હોલ અને સાપેક્ષતાના સિદ્ધાંતોના આ યુગમાં પણ આધુનિક ભૌતિક શાસ્ત્રના પાયાના સિદ્ધાંતો પણ ક્યારેક એક બીજા સાથે સુસંગત નહિ હોવાની પણ શક્યતા રહેલી છે. આધુનિક વિજ્ઞાના મારા અલ્પ જ્ઞાન અનુસાર સાપેક્ષતાના સિદ્ધાંત અને પરિમાણ મીકેનીક્સ (યંત્રવિજ્ઞાન) વચ્ચે પણ એક પ્રકારનો વિરોધાભાસ છે. આ કારણસર, મેં આ પુસ્તકમાં બ્રહ્માંડના સુંદર અને તર્કસંગત ઈમારતની કલ્પનાનું ખંડન કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો નથી. જો મારો આ નમ્ર પ્રયાસ તત્વજ્ઞાનીઓ અને સૈધાંતિક ભૌતિકશાસ્ત્રના પ્રણેતાઓને કોઈ પણ રીતે વિરોધાભાસી જણાતું હોય, તો હું તેમની નમ્ર ભાવે ક્ષમા માગું છું.

જોકે, હું વાચકોને જણાવવા માગું છું કે બ્રહ્માંડની શક્તિ અથવા

બ્રહ્માંડમાં તમામ મનુષ્યો અને તેમની બુદ્ધિક્ષમતાનો સમાવેશ થાય છે. કોઈ પણ મનુષ્ય બ્રહ્માંડીય શક્તિથી અલગ કોઈ અસ્તિત્વ ધરાવતો નથી.

પરંતુ, આપણી બૌધિક ક્ષમતા, અનાદીકાળથી એક શક્તિ અથવા ઉર્જાનું સ્વરૂપ ધરાવતી હોવા છતાં અહંકાર અને અભિમાનના રંગે રંગાયેલી છે. પોતે માનવજાત અને દિવ્ય શક્તિ અથવા ઈશ્વરથી અલગ અસ્તિત્વ ધરાવતા હોવાનો વિચાર આ અહંકાર માંથી સ્ફુરે છે. પરિણામે, આપણા શરીરમાં વસતો આપણો આત્મા આ છટકા માં ફસાઈ જાય છે અને આ અહંકારભર્યા વિચારને સત્ય માનવા લાગે છે. વળી, આમ થવા પાછળનું કારણ બ્રહ્માંડની સર્વોચ્ચ ઈશ્વરીય શક્તિ દ્વારા રચેલી માયાજાળ છે. આ મુદાને મેં વિગતવાર સમજાવવાનો પ્રયાસ એક પ્રકરણમાં કર્યો છે. જોકે, મનુષ્યની બુદ્ધિને આ ભ્રામક વિશ્વ દ્વારા રચવામાં આવેલ પ્રથમ વસ્તુ તરીકે પણ વર્ણવી શકાય. પરિણામે, અમુક અંશે બ્રહ્માંડ વિષે બધું જ સમજી શકે છે! આ જ કારણસર, યોગ વિશેના ગ્રંથોમાં મનુષ્ય બુદ્ધિ તરીકે ઓળખાતી અનાદીકાલીન શક્તિનું વર્ણન યોગ્ય આદર સાથે કરવામાં આવ્યો છે! વાસ્તવમાં આ અનાદીકાલીન શક્તિનું સર્જનાત્મક સ્વરૂપ છે. જોકે, આપણી મનુષ્ય બુદ્ધિ સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરનો પર્યાય નથી.

ત્યારબાદ આ શક્તિ પછીનું એકંદર સ્વરૂપ ધારણ કરે છે અને મન અને પાંચ ઈન્દ્રિયો તરીકે પ્રગટ થાય છે. અહીં સ્વતંત્ર ઈચ્છા પ્રમાણે વર્તન કરવામાં આવે છે.

આ શક્તિ આપણા મન માંથી બહાર નીકળીને વિવિધ રૂપ ધારણ કરે છે. આ વિવિધ રૂપ માંસ, રક્ત અને હાડકા ના બનેલા શરીર રૂપે પ્રગટ થાય છે. મેં માનવી માં આ શક્તિ પ્રગટ થવાની પ્રક્રિયાને ક્રમબદ્ધ રીતે એક પ્રકરણમાં સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે.

વ્યક્તિગત કક્ષાએ ઉત્પતિ ની પ્રક્રિયા પૂરી થયા પછી બાકી રહેતી શક્તિ ગુદા અને જનનેન્દ્રિય વચ્ચેના પ્રદેશમાં સ્થિર થાય છે. ત્યારબાદ કરોડરજ્જુ અને મગજના માધ્યમથી વ્યક્તિના મનમાં એક ભ્રામક દુનિયા પ્રસ્તુત કરે છે. આ જ રીતે માનવ જાતિમાં સામુહિક કક્ષાએ પણ સમાંતર ઉત્પતિની પ્રક્રિયા આકાર લે છે. આ વિષે એક પ્રકરણમાં વિસ્તારથી ચર્ચા કરી છે.

વાસ્તવમાં, એક વ્યક્તિ ના શરીરમાં પ્રગટ થયેલ શક્તિ બ્રહ્માંડનું એક સૂક્ષ્મ અથવા લઘુ સ્વરૂપ છે, અથવા તેને આપણે લઘુ ચિત્ર પણ કહી શકીએ.

બીજી દ્રષ્ટીએ, વ્યક્તિએ શક્તિ ના આ સ્વરૂપને સમજવા માટે પહેલા તો પોતાના સ્વત્વ ને સમજવાની જરૂર છે. કારણકે, સ્વત્વ અને શક્તિ વચ્ચે કોઈ તફાવત નથી.

આથી, વ્યક્તિએ બ્રહ્માંડની ઉત્પતિને સમજવા માટે બાહ્ય આકાશ તરફ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની કોઈ જરૂર નથી. જે બળો બ્રહ્માંડમાં અસ્તિત્વ ધરાવે

છે તે તમામ બળો આપણા શરીરની અંદર પણ ઉપસ્થિત છે! જોકે, આત્મજ્ઞાન ની પ્રાપ્તિ માટે આપનું મન જાતે જ નિરીક્ષક છે, તેમજ તે નિરીક્ષણનો વિષય અને આવા નિરીક્ષણ માટેની પ્રયોગશાળા પણ છે.

આ ઉપરાંત, મનુષ્ય માટે અનાદિકાલીન શક્તિ ના અતિ સૂક્ષ્મ રૂપને સમજવું શક્ય ણ હોવાથી આ અનાદિકાલીન રૂપ યોગ સાધનાના ઉત્કૃષ્ટ તબક્કે પોતાના સાચા સ્વરૂપને પ્રસ્તુત કરે છે. મનુષ્યની બુદ્ધિ સ્વયમ શક્તિનું સ્વરૂપ છે. હકીકતે આ શક્તિ મનુષ્ય ના સ્વરૂપમાં પ્રગટ થાય છે અને સાથે જ, એક ભ્રામક વિશ્વનું સર્જન કરે છે. આથી, આપણે માત્ર આપણી બુદ્ધિની મદદથી આ અનાદિકાલીન શક્તિની પ્રકૃતિને સમજવામાં અસમર્થ છીએ. જયારે આપણું મન કોઈ પણ ફેરફારની ચિંતા કર્યા વિના શાંત અવસ્થામાં હોય ત્યારે બુદ્ધિ સંપૂર્ણ રીતે કોઈ પણ જાતની આનાકાની કર્યા વિના આધ્યાત્મને સમર્પિત થાય છે. મનુષ્યના મનની અંદરની દિવ્યશક્તિ, અથવા તો જેને આપણે અનાદિ કાળના સ્વરૂપમાં સર્વોચ્ચ શક્તિ પણ કહીએ છીએ, તેની અજ્ઞાનતા છોડીને તેના ખરા સ્પરૂપમાં પ્રગટ થાય છે. આપણે મનને સ્વત્વ તરીકે પણ વર્ણવી શકીએ છીએ. આની સરખામણી એક મણી સાથે કરી શકાય, જે પોતાનું વૈભવ તેની ઉપર ચોંટેલી ધૂળ દુર કર્યા પછી પ્રગટ કરે છે.

આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની આ પ્રક્રિયાને જ આપણે યોગ કહીએ છીએ!

આ પ્રકારની દિવ્ય પ્રક્રિયા શરુ કરવા માટે વ્યક્તિએ એક પરમ પવન ગુરુની મદદ લેવી જરૂરી છે. એવા ગુરુ જેમને પોતે આ પ્રકાશ તેમના અંતરમાં પ્રાપ્ત કર્યો હોય! આ પરમ પવન ગુરુ આપણને આપણા અંતરમાં વસતા અનાદિકાળના બળને જગાવી શકે! આમ કરીને તેઓ આપણી માનસિક સ્થિતિને વિપરીત દિશામાં લઇ જય છે અને આપણે આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિએ પહોચી શકીએ છીએ.

અનાદીકાળની આપણી શક્તિ તેના વિધ્વંસક સ્વરૂપમાં આપણા તમામ પ્રકારના અહંકાર અને લાગણીઓનો નો નાશ કરે છે. તે પોતાનું ખરું સ્વરૂપ પણ પ્રગટ કરે છે. મેં એક પ્રકરણમાં શક્તિના મનુષ્ય સ્વરૂપમાં સંરચિત પ્રગટીકરણ વિષે ચર્ચા કરી છે. આ ચર્ચા મેં સંક્ષેપમાં કરી છે કારણકે આ અત્યંત જટિલ વિષયની વિગતવાર ચર્ચા આ પુસ્તકમાં કરવી શક્ય જણાતી નથી.

સંપૂર્ણ જ્ઞાનનું પહેલું કિરણ જયારે વ્યક્તિમાં દેખાવાનું શરુ થાય, ત્યારે વ્યક્તિઓના ધર્મ, તત્વજ્ઞાન, અને વિજ્ઞાન વચ્ચેનો તફાવત ઝાંખો પાડવા લાગે છે. ભૌતિક શાસ્ત્રના સિદ્ધાંતો પડી ભાંગે છે (અથવા તેમની અસર રહેતી નથી). જે રીતે બ્લેક હોલના કિસ્સામાં એકરૂપતા ના તબક્કે પરિસ્થિતિ ઉભી થાય છે તેમજ. તેનો અર્થ કે તમામ સિધાંતો જે સામાન્ય રીતે ભૌતિક બ્રહ્માંડનું સંચાલન કરે છે – જેને કારણે આપણી અંદર રહેલી અનંત શક્તિ પોતે માત્ર મનુષ્ય છે

તેમ માને છે – તે આત્મા ને વશમાં રાખવાનો પોતાનો બળ ગુમાવવા લાગે છે. આધુનિક વિજ્ઞાનના મારા અલ્પ જ્ઞાન અનુસાર આ ઘટના બ્લેક હોલ સાથે પણ બનતી હોય છે. વિજ્ઞાનના વિવિધ સિદ્ધાંતો, જેઓ આ બ્રહ્માંડનું સંચાલન કરે છે, જયારે કોઈ તારો અથવા આકાશગંગા બ્લેક હોલમાં એકરૂપ થઇ જાય ત્યારે લાગુ પડતા નથી. આથી આ સરખામણી કરવામાં આવી છે, જે માટેનું સામાન્ય પરિબળ વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતોની નિષ્ફળતા છે. ત્યારબાદ, યોગના સિદ્ધાંતો પણ સંપૂર્ણ જ્ઞાનના પ્રગટીકરણ માટે વિઘટન પામે તે આવશ્યક છે. આ એક અતિ ઉચ્ચ અધ્યાત્મિક સ્થિતિ છે જ્યાં અલૌકિક શક્તિઓ યોગીની સહાયતા કરવા માટે પ્રગટ થવા માટે રોકાય છે. હું આપને ભારપૂર્વક જણાવવા માગું છું કે મનુષ્ય જાતિ યોગના સિદ્ધાંતો ક્યારે વિઘટિત થઇ શકે તેને ક્યારે પણ સમજી નહિ શકે. જયારે આ વિઘટનની પરિસ્થિતિ આકાર લે છે ત્યારે જ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને જયારે આત્મજ્ઞાન માત્ર સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિની ઈચ્છા હોય ત્યારે જ પ્રાપ્ત થાય છે. પ્રાચીન સંસ્કૃત ગ્રંથો પ્રમાણે એવા અસંખ્ય પ્રસંગો બન્યા છે જયારે યોગીનું અલૌકિક શક્તિઓનું દુરુપયોગ કરવાના કારણે ઉચ્ચ અધ્યાત્મિક સ્થિતિ ઉપરથી પણ પતન થયું હોય.

જયારે આપણું મન શાંત પરિસ્થિતિમાં કોઈ પણ જાતના વિચારો વિના સ્થિર થાય છે, ત્યારે આપણું મન અંતરમાં અનંત શાંતિ અનુભવે છે – આવી જ પરિસ્થિતિ બ્લેક હોલ, તારામંડળ, કે આકાશગંગા એકરૂપતા ની પરિસ્થિતિમાં પહોચવાથી ઉદ્ભવી શકે છે.

જો કે આ બંને પરિસ્થિતિઓમાં એક સામાન્ય વાત જોવા મળે છે. એટલે કે, ભૌતિક રીતે દૃશ્યમાન બ્રહ્માંડના સિદ્ધાંતો આ બંને સંજોગોમાં લાગુ પડતા નથી. એટલે જો તો આપણે કહીએ છીએ કે યોગી વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતોથી બંધાયેલો નથી!

જયારે વ્યક્તિની કરોડરજ્જુ અને મગજમાં બ્રહ્માંડીય શક્તિ ઉત્પન્ન થવાનું શરુ થાય છે, ત્યારે તે વ્યક્તિ વિભિન્ન પ્રતિક્રિયાઓ અનુભવે છે. આ પ્રતિક્રિયાઓ ભૌતિક અને માનસિક હોઈ શકે તેમજ તે વ્યક્તિના રોજ બરોજ ના જીવનને સબંધિત પણ હોઈ શકે. આથી, આ પુસ્તકમાં મેં માત્ર સિદ્ધાંતોની જ ચર્ચા કરી નથી.

હકીકતે, આ પુસ્તકમાં મેં આ સિદ્ધાંતની ચર્ચા પ્રત્યક્ષ રીતે વ્યક્તિગત અનુભવ ની સાથે જ કરી છે.

આ પુસ્તકનું શીર્ષક આ પુસ્તકના વિષય અને તેની ચર્ચાને ધ્યાનમાં રાખીને જ કરવામાં આવ્યું છે. અનેક સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં આપેલ ઉદાહરણ પ્રમાણે, ઈશ્વરી શક્તિઓ અને દેવી – દેવતાઓ પણ મનુષ્ય જન્મ લઈને જ મોક્ષ પામી શકે છે.

આપણને જવલ્લે જ વાંચવા મળે તેવા સાહિત્યનો આ પુસ્તકમાં અનેક

સ્થાને સંદર્ભ આપવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

યોગ સાધનાની પરંપરા અનુસાર કુંડલિની અથવા બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત કરવાની અવસ્થામાં થયેલા વ્યક્તિગત અનુભવોનું વર્ણન સામાન્ય રીતે અન્ય લોકો સાથે કરવામાં આવતું નથી. આમ કરવાથી યોગ સાધકને આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટીએ હાનિ પહોચવાની શક્યતા રહેલી છે.

પરંતુ, અહીં પરોપકારી દ્રષ્ટિને ધ્યાનમાં લઇ આ પરંપરાનું ઉલ્લંઘન કરવામાં આવ્યું છે. યોગ સાધનાના સમયે સાધકના શરીર, મન અને રોજ બરોજના જીવનમાં તે સમજી ન શકે તેવી અતાર્કિક પ્રતિક્રિયાઓ ઉદ્ભવી શકે છે, જેના કારણે યોગ સાધકના મનમાં ઉદ્ભવતી ગુંચવણથી સાધકને બચાવવાનો આશય છે.

વધુમાં, હું વાચકને કહેવા માગું છું કે આધુનિક વિજ્ઞાનના સંદર્ભમાં સમજાવી ન શકાય તેવા અતાર્કિક અનુભવો વાસ્તવિક જીવનમાં આકાર લેતા હોય છે અને આવા અનુભવો ધાર્મિક ગ્રંથો, અટકળો, અને સૈધાંતિક ચર્ચા સુધી જ માર્યાદિત નથી.

આ પુસ્તક મુખ્યત્વે સિદ્ધ મહા યોગ ની સાધના કરતા સાધકો માટે રચવામાં આવ્યું છે. આ યોગ સાધના શક્તિપીઠ પંથ સાથે સંકળાયેલી છે. જોકે, આ પુસ્તક અન્ય માર્ગે યોગ સાધના કરનારને પણ સહાયરૂપ થશે કારણકે કુંડલિની શક્તિ જાગૃત કરવાની પ્રક્રિયા તમામ યોગ પરંપરાઓમાં મોટાભાગે એક સરખી જ છે.

@shehnusarnamu

આથી, આ પુસ્તક કોઈ પણ પ્રકારે યોગ સાધના કરનારને રસપ્રદ લાગે એ હેતુથી રચવામાં આવ્યું છે. આનો ઉપયોગ એક સંદર્ભ ગ્રંથ તરીકે પણ કરી શકાય. યોગના વિષયને લગતા વિવિધ પ્રકારના પ્રશ્નોનો ઉતર આપવાનો પણ પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

તેજ રીતે આ પુસ્તકનો વિષય જીવનના એક અતિ મહત્વના પાસાને સ્પર્શતો હોઈ કોઈ વાચક તેના સામાન્ય વાચન અર્થે પણ વાંચે તો રસપ્રદ અનુભવ થાય તેનું ધ્યાન રાખવામાં આવ્યું છે. જો આપણને સાચી પ્રેરણા મળે તો ચોક્કસપણે આપણા જીવનમાં સકારાત્મક માર્ગે ભારે પરિવર્તન લાવી શકાય!

કોઈ વાચક કદાચ આ વિષયને સંપૂર્ણપણે સમજી ન શકે. પરંતુ તેને આ વિષયમાં કંઈક અંશે રસ પડે અને તેને સાચી દિશામાં જવા પ્રેરણા મળે તે ચોક્કસપણે શક્ય છે. આ હેતુથી, યોગ સાધનામાં પ્રવૃત ન હોય અથવા તેના વિષે વધુ જનતા ન હોય તેવા વાચકને રસ પડે તે રીતે શરૂઆતના પ્રકારણો લખ્યા છે અને ત્યારબાદ મેં મારા અંગત અનુભવોનું વર્ણન કર્યું છે.

જો એક વાચકને પણ સાચી દિશાએ જવાની પ્રેરણા મળે, તો હું માનીશ કે મારો આ પુસ્તક લખવાનો પ્રયાસ એળે ગયો નથી.

અંતે, મારા પરમ પવન ગુરુજી સ્વામી સહજાનંદ તીર્થ ને સાદર પ્રણામ

કરી હું પ્રાર્થના કરું છું કે વાચકને દિવ્યતાની પ્રાપ્તિ માટે સાચી દિશામાં પ્રયાણ કરવાની પ્રેરણા મળે!

- લેખક

યોગ નો સંક્ષેપ પરિચય

બ્રહ્માંડમાં જે સંપૂર્ણ સત્ય રૂપે ઓળખાય છે, અથવા જેને આપણે સ્થૂળ રૂપમાં જોઈ શકીએ છીએ તેમજ જે શક્તિને આપણે આ બ્રહ્માંડમાં આપણી નજરે જોઈ શકતાં નથી, તે શક્તિનું નામ સર્વોચ્ચ દિવ્યતા છે.

આ પૃથ્વી ઉપર સંસ્કૃતિનો ઉદય થયો ત્યારથી જ પ્રત્યેક ધર્મ અને સંપ્રદાય દિવ્ય સત્ય વિષે સતત ચર્ચામાં વિચાર વિનિમય કરતો રહ્યો છે. જોકે, લૌકિક ધર્મોમાં આ સત્યના સ્પષ્ટ અર્થ અને વર્ણન અંગે મતાંતર પ્રવર્તે છે. પ્રત્યેક ધર્મનો મૂલાધાર એકજ દિવ્યતા હોવા છતાં પણ આ સ્થિતિ પ્રવર્તે છે. જે રીતે એક મનુષ્ય શરીર વિજ્ઞાનની દ્રષ્ટીએ કોઈ અન્ય જાતિના મનુષ્યથી અલગ નથી, તે જ રીતે કોઈ વિચાર, તત્વજ્ઞાન, અથવા આત્મજ્ઞાન અને દિવ્યતાના સિદ્ધાંતના અનુભવ સબંધે અલગ અલગ લોકોના અનુભવમાં કોઈ ભારે અંતર હોય તેવી શક્યતા નહીંવત છે. મૂળભૂત રીતે, પ્રત્યેક દિવ્ય અનુભૂતિમાં એકરૂપતા જોવા મળે છે, જોકે પ્રત્યેક વ્યક્તિની દિવ્યતા અથવા વાસ્તવિક જીવન વિશેની સમજ અને બાહ્ય અનુભૂતિ અન્ય વ્યક્તિથી અલગ હોઈ શકે છે.

મનુષ્ય જાતિ દ્વારા એક બીજા સાથે સંદેશ વ્યવહાર કરવાના હેતુથી વિકસાવવામાં આવેલ ભાષાઓમાં પણ કોઈ ખાસ સમાનતા નથી. આમ, ધર્મને સમજવામાં મનુષ્ય જાતિ કોઈ સાતત્ય વાળું અભિગમ દાખવી શકી નહિ હોવા અંગે કશું આશ્ચર્ય થતું નથી!

કદાચ વિભિન્ન ધર્મો વચ્ચે ઉદ્ભવતા ઝગડાનું મૂળ કારણ ભાષાઓની વિવિધતા જ છે.

જ્યાં સુધી આધુનિક વિજ્ઞાનની સફળતાનો પ્રશ્ન છે, આપણે તેને બ્રહ્માંડના જટિલ પ્રશ્નો વિષે સમજ કેળવવા માટે દાખવેલી એકરૂપતા માટે શ્રેય આપવો જ જોઈએ. જોકે, આ વૈજ્ઞાનિક સમજ પૃથ્વી ઉપર શાંતિ, સંવાદિતા, અને સુમેળનો લક્ષ પ્રાપ્ત કરવા માટે પુરતી હોય તેમ સાબિત થયું નથી. હજુ પણ લોકો ધર્મના નામે લડવાથી થતી હાનિ વિષે પૂરતા સમજદાર થયા નથી અને આ સંઘર્ષ અવિરત રીતે જાણે કે કાયમ માટે ચાલી જ રહ્યો છે.

વિશ્વભરના ધર્મો, તત્વજ્ઞાન, સિદ્ધાંતો, અંધવિશ્વાસ તેમજ વિજ્ઞાન વચ્ચેનું સમન્વય શાશ્વત શાંતિ માટેની પૂર્વશરત નથી.

તો પછી આ સમસ્યાનો ઉકેલ શું છે?

શું આ પૃથ્વી ઉપર શાશ્વત શાંતિ અને સુમેળ ની પરિસ્થિતિ લાવવા માટે દિવ્ય શક્તિએ પોતે જ પ્રગટ થવું પડશે?

શું દિવ્ય શક્તિ આ પહેલા અનેક અવતારો ધારણ કરીને વિશ્વના અનેક ભાગોમાં પ્રગટ થઇ નથી? આ પૃથ્વી ઉપર રામ, કૃષ્ણ, બુદ્ધ, ઈસુ અને પયગંબર દ્વારા ધારણ ના અવતાર ઉપર દ્રષ્ટિ કેન્દ્રિત કરી શકીએ.

આ અવતારો પ્રગટ થવાના પરિણામે આપણે શું જોયું?

આ દિવ્ય અવતારોની ઉપસ્થિતિના કારણે શું માણસનું જીવન પહેલા કરતા વધારે સુખદ બન્યું?

આનો ઉતર આપણને “ના” માં મળે છે. હકીકતે આપણું જીવન વધુ અસહજ અને દુઃખી હોવું પ્રતીત થાય છે.

માનવ જાતિએ સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિનું અલગ અલગ ધર્મોના નામે અલગ અલગ નામો અને સ્વરૂપોમાં વિભાજન કર્યું છે.

આપણે એ વાત યાદ રાખવી જોઈએ કે આપણા શરીરમાં જે અનંત આત્મા નિવાસ કરે છે અને જે શક્તિ સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં વ્યાપ્ત છે તે આત્મા હઅને શક્તિ એક જ છે.

આપણે દિવ્ય શક્તિના ટુકડા કરી શકીએ નહી.

આજના વિશ્વમાં જે વિવિધ ધર્મો અસ્તિત્વ ધરાવે છે, તે તમામ ધર્મો એકજ ટોચ ઉપર પહોચવા માટેના અલગ અલગ માર્ગો છે. અને, આ ઊંચાઈને આપણે સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ તરીકે ઓળખીએ છીએ!

આથી, કોઈ વ્યક્તિ કદાચ એમ કહી શકે કે કોઈ ખાસ ધર્મ સર્વોચ્ચ સ્થાને બિરાજે છે અને તે જ ઉંચાઈ ઉપર પહોચવા માટેનો એક માત્ર માર્ગ છે. વિકલ્પ રૂપે, આપણે કહી શકીએ કે તમામ ધર્મો એકજ ગંતવ્ય સ્થાન ઉપર પહોચવા માટેના અલગ અલગ માર્ગો માત્ર છે.

કોઈ વ્યક્તિ કદાચ એવી દલીલ કરી શકે કે આ બંને દ્રષ્ટિકોણ પોતપોતાની જગ્યાએ ખરા છે પરંતુ વાસ્તવમાં આ બંને દ્રષ્ટિકોણ વચ્ચે કોઈ ફરક નથી, અને બંનેનો અર્થ એકસરખો જ છે.

અહીં વાચકના મનમાં સ્વાભાવિક રીતે જ પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થઇ શકે કે કોઈ વ્યક્તિ જે કોઈ ખાસ ધર્મ પાળે છે તે પોતાનો જ ધર્મ એક માત્ર સાચો માર્ગ છે તે કેવી રીતે કહી શકે?

આ પ્રશ્નનનો ઉતર નીચે મુજબની સરખામણી દ્વારા આપી શકાય.

એક પર્વતારોહક માટે પર્વતની ટોચ ઉપર પહોચવું એ સૌથી મહત્વની બાબત છે. તેને માટે આ અંતિમ ઉદ્દેશ (પર્વતની ટોચ ઉપર પહોચવું) હોવાથી, તેના દ્વારા ઉપયોગમાં લેવામાં આવેલ કોઈ પણ સાધન અથવા કોઈ

પણ માર્ગ, જે તેને પર્વતની ટોચ ઉપર પહોચવામાં મદદરૂપ થાય તો તેવા સાધન અને માર્ગને યોગ્ય ગણી શકાય. આ કારણસર, કોઈ પણ વ્યક્તિ તેણે અથવા તેણીએ પસંદ કરેલ માર્ગ એક માત્ર સાચો અને શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે તેવો દાવો અધિકારપૂર્વક કરી શકે. કોઈ વ્યક્તિ આવો દાવો કરે તેમાં કંઈજ અજુગતું નથી. આ જ તર્ક એ તમામ લોકોને લાગુ પડે છે જેઓ અલગ અલગ માર્ગો દ્વારા પર્વતની ટોચ ઉપર પહોચે છે.

પર્વતની ટોચ ઉપર પહોચેલ પ્રત્યેક વ્યક્તિ તેમણે સ્વીકારેલ માર્ગ જ સાચો છે એવો દાવો કરી શકે.

આટલી ઉંચાઈએ પહોચેલ વ્યક્તિ જયારે આવી ઘોષણા કથન કરે તો આપણે તેને એક મહાન સત્ય તરીકે સ્વીકારવું જ રહ્યું. અન્ય કોઈ વ્યક્તિ આ અંગે કોઈ પ્રશ્ન ઉઠાવી જ ન શકે!

જોકે, કોઈ વ્યક્તિ જયારે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરતા પહેલા પોતાનો જ માર્ગ શ્રેષ્ઠ હોવાનો દાવો કરે ત્યારે જુદી જ પરિસ્થિતિ સર્જાય છે. જ્યાં સુધી આપણે આત્મજ્ઞાનની ઉંચાઈએ પહોચવા માટે પ્રયત્નશીલ હોઈએ, અને જ્યાં સુધી આપણે આ ઉંચાઈ સ્વયં અનુભવી ન હોય ત્યાં સુધી ત્યાં સુધી આપણો માર્ગ જ સાચો માર્ગ છે તેવો દાવો કરી શકીએ નહી. કારણકે, આ તબક્કે આપણું સમગ્ર જ્ઞાન ધર્મગ્રંથોના વાંચન દ્વારા મેળવેલ છે અને આવું જ્ઞાન આપણી ધાર્મિક પરંપરા અનુસાર મેળવેલ છે (આ જ્ઞાન જે લોકો અગાઉ જ્ઞાનરૂપી પર્વતની ટોચ સર કરી ચુક્યા છે તેમના દ્વારા આપવામાં આવેલ છે.)

કોઈ વ્યક્તિ માત્ર અમુક ધાર્મિક વિધિઓનું પાલન કરીને જ પોતે કોઈ વિશિષ્ટ ધર્મનું અનુસરણ કરે છે તેમ કહી શકે નહી. અન્યથા, કોઈ પણ વ્યક્તિ ધર્મ પરિવર્તન કરવાના આશયથી કોઈ અન્ય ધર્મની બાહ્ય વિધિઓનું પાલન કરીને પોતે તે ધર્મ પાળે છે તેમ કહી શકે. પરંતુ, આમ કરવાથી આપણે ધર્મના હાર્દને સમજી શકતાં નથી.

તેવી જ રીતે, કોઈ વ્યક્તિ અમુક ધર્મ પાળતા માતા પિતાનું સંતાન હોવા માત્રથી જ તે ધર્મની અનુયાયી છે તેમ ખરેખર કહી શકે નહી. જો કોઈ દંપતી અલગ અલગ ધર્મના અનુયાયી હોવા છતાં લગ્ન સબંધથી બંધાયા હોય, તો તેઓ તેમના સંતાનોનો ઉછેર કયા ધર્મ પ્રમાણે કરશે? શું સંતાનોને સ્વતંત્ર રીતે પોતાનો ધર્મ પસંદ કરવાનો મૌલિક ત અધિકાર નથી?

તેથી, અમુક ધર્મ પાળતા માતા પિતાનું સંતાન હોવા માત્ર થી અથવા કોઈ બાહ્ય વિધિઓનું અનુસરણ કરવાથી કોઈ વ્યક્તિ ઉપર તે અમુક ધર્મને અનુસરે છે તેમ કહેવું તર્કબદ્ધ નથી.

અહી, મારો આશય એ નથી કે કોઈ વ્યક્તિએ અલગ ધર્મ પાળતા વ્યક્તિ સાથે લગ્ન કરવું જોઈએ નહી. હું એમ પણ નથી કહેતો કે કોઈ

ધર્મ પરિવર્તન કરવું જોઈએ નહી. કારણકે આ વ્યક્તિગત બાબતો છે અને દરેક સમજદાર વ્યક્તિ પોતાની પસંદગી અનુસાર નિર્ણય કરવાને સ્વતંત્ર છે. હું તો માત્ર એટલું જ કહેવા માગું છું કે કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતે પસંદ કરેલ માર્ગ દ્વારા આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યા પછી જ સબંધિત ધાર્મિક વ્યવસ્થા અંગે પોતાનો દાવો રજુ કરી શકે. આપણે અંતિમ ઉદેશ ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીએ તે જ મહત્વનું છે. આ ઉદેશ પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે પ્રયોજેલ સાધન વિષે તકરાર કરવાથી કોઈ લાભ નથી.

હું વાચકને ખાતરીપૂર્વક કહેવા માગું છે કે આપણે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે હજી એક ડગલું ભરીએ તે પહેલા જ આપણને ધર્મના નામે લડવું નિરર્થક હોવાની વાત સમજાઈ જાય છે.

કદાચ દિવ્ય શક્તિનું વિવિધ ધર્મો વચ્ચે વિભાજન કરવા પાછળ દિવ્ય શક્તિ જ દેખીતી રીતે કારણભૂત છે! મનુષ્ય જાતિ વિભિન્ન સમૂહોમાં વહેચાયેલી હોવાની વાસ્તવિકતાને લક્ષમાં લેતાં દિવ્યશક્તિ કદાચ આ પૃથ્વીના અલગ અલગ ભાગોમાં અલગ અલગ રૂપે પ્રગટ થઇ છે. આમ થવા પાછળ જે તે સ્થળ કાળની એક બીજાથી જુદી પડતી સામાજિક પરિસ્થિતીઓ પણ જવાબદાર છે. જોકે, માનવ જાતિની વિભિન્ન સમૂહોમાં વહેચણી અને એક બીજાથી ભિન્ન સામાજિક પરિસ્થિતીઓ પણ દિવ્ય શક્તિનું જ સર્જન છે!

જોકે, અલગ અલગ ધર્મના અનુયાયીઓ પોતાનો જ ધર્મ શ્રેષ્ઠ હોવાનું પુરવાર કરવા માટે હમેશા પ્રયત્નશીલ રહે છે. આ કારણસર જ ધર્મના નામે મોટી સંખ્યામાં ઝગડાઓ જોવા મળે છે!

અમુક વ્યક્તિઓ પોતે સુખી હોવાનું અનુભવતા હોવાના કારણે દિવ્ય શક્તિ વિષે નવા વિચારોની જરૂરિયાત હોવાનું માનતા નથી. જોકે, જો તેમના દાવામાં કંઇક અંશે પણ સત્ય હોય, તો આવી વ્યક્તિઓ ખરેખર ધન્ય છે!

આપણે જોઈએ છીએ કે આધુનિક યુગમાં સર્વશક્તિમાન દિવ્ય શક્તિનું વિશ્વ કક્ષાએ વેપારીકરણ કરવામાં આવી રહ્યું છે. અમુક લોકોએ પોતે પ્રત્યક્ષ રીતે દિવ્યતાનો અનુભવ કરેલ હોવાના તેમના દાવામાં સત્યતાનો અંશ છે કે કેમ તે અગત્યનું નથી. આ સૃષ્ટિનું સર્જન જ એક માયારૂપ હોવાના કારણે આપણે કદાચ દિવ્ય શક્તિને પણ આભાસી અથવા માયારૂપ સ્થિતિમાં જ જોઈએ છીએ.

આમ, આપણી યોગની પરંપરાને છોડીને આપણે આવી અધઃપતન ની સ્થિતિએ પહોચી ગયા છીએ!

તો પછી, આનો ઉકેલ શું છે?

આ સ્થિતિનો ઉકેલ મનુષ્યના મનમાં જ ઉપસ્થિત છે!

અને આ ઉકેલ આપણે સ્વયં ની અંદર જ દિવ્યશક્તિને જાગૃત કરીને જ મેળવી શકીએ છીએ!

તમે આ સ્થિતિને આત્મજ્ઞાન કહી શકો છો. અથવા દિવ્યશક્તિના પ્રત્યક્ષ અનુભવ તરીકે તેનું વર્ણન કરી શકો છો. તમે આ સ્થિતને મોક્ષ અથવા દિવ્ય આશીર્વાદ તરીકે પણ વર્ણવી શકો છો! અને, તમે આ સ્થિતિને અન્ય કોઈ પણ નામ આપી શકો છો. પરંતુ, આ સ્થિતિ સંપૂર્ણપણે વ્યક્તિગત બાબત છે.

કોઈ વ્યક્તિ તેના આધ્યાત્મિક તેજની સહાયથી કંઈક અંશે માનવ જાતિ ઉપર પ્રભાવ પાડી શકે છે, પરંતુ આત્મજ્ઞાનનો લાભ એ એક વ્યક્તિગત બાબત જ છે.

જોકે, જે રીતે એક દીવો પેટાવ્યા બાદ તેની જ્વાલા દ્વારા આપણે અસંખ્ય દીવાઓ પેટાવી શકીએ છીએ, તે રીતે એક જ્ઞાની અને પ્રબુદ્ધ વ્યક્તિ લાખો વ્યક્તિઓના મનમાં જ્ઞાનજ્યોત પ્રગટાવી શકે છે. જોકે, કોઈ વ્યક્તિ જો અંતિમ મોક્ષ પ્રાપ્તિની ઈચ્છા ધરાવતી હોય તો તેને સૌથી પહેલા તો તેના અંતરમનમાં દિવ્ય શક્તિનો અનુભવ કરવો જોઈએ.

સ્વયંની અંદર દિવ્યશક્તિ પ્રગટ કરવાની પદ્ધતિ જ યોગ સાધના છે. એક વાર જો કોઈ મનુષ્યના અંતરમાં દિવ્યશક્તિ પ્રગટ થાય, તે જ ક્ષણે તે વ્યક્તિનું મિલન થાય છે. જયારે કોઈ વ્યક્તિને પોતે દિવ્ય શક્તિથી અલગ નહિ હોવાનું આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય, તે ક્ષણે તે વ્યક્તિ આ અંતિમ સ્થિતિ પણ પ્રાપ્ત કરી લે છે.

પોતાના અંતરમાં સ્વયં પ્રકાશ પ્રાપ્ત કરનાર મનુષ્ય જ માનવ જાતિને કોઈ સહાયતા કરી શકે છે. આ વ્યક્તિએ એક માણસના મન સુધી પ્રકાશ પહોચાડ્યો હોય કે પછી તેણે લાખો મનુષ્યોના મનને પ્રજ્વલિત કર્યા હોય, આવો સ્વયં પ્રકશિત માનવ જ જગતને શાશ્વત શાંતિ અને સુખનો માર્ગ ચીંધી શકે છે.

એક આદરણીય અને જ્ઞાની ગુરુની શરણ પ્રાપ્ત કરીને પોતાના અંતરમાં જ્ઞાનની જ્યોત પ્રજ્વલિત કરવી એ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્તિની દિશામાં પ્રથમ પગલું છે. આવા ગુરુએ સ્વયં પ્રકાશની અનુભૂતિ કરી હોવી જોઈએ. કારણકે, જે વ્યક્તિ પોતે જ અંધકારમાં હોય તે અન્ય વ્યક્તિને અંધકારમાંથી બહાર કાઢી શકે નહીં.

પ્રારંભમાં આ ચિનગારી પેટાવ્યા પછી, વ્યક્તિએ પોતાના અંતરમાં એકલા જ, કોઈ બાહ્ય મદદ વિના, દિવ્ય શક્તિને પ્રગટાવી જોઈએ. દરેક માનવના અંતરમાં દિવ્યશક્તિ સ્થાપિત થયેલ હોવાથી, કોઈ બાહ્ય મદદની જરૂર રહેતી નથી. માત્ર પ્રારંભિક પ્રજ્વલન પુરતી જ બાહ્ય મદદ અને કંઈક અંશે માર્ગદર્શનની જરૂર છે જેવી રીતે નાનું બાળક પૈડા વાળી ગાડી વિના ચાલતા શીખે ત્યાં સુધી આપણે તેને ઢેલણ ગાડી હાથથી પકડીને ચાલતા શીખવીએ છીએ.

મેં આગળના પ્રકરણોમાં આ “બાળક - ઢેલણ ગાડી” ના

વિચાર વિષે વિગતવાર ચર્ચા કરી છે.

આ બ્રહ્માંડ (જેમાં તમામ મનુષ્યોનો સમાવેશ પણ થાય છે) ઈશ્વરની આદિકાળની સંપૂર્ણ શક્તિ પ્રગટ કરે છે. એવું કહી શકાય કે દિવ્ય શક્તિ બ્રહ્માંડના રૂપમાં પ્રગટ થઈ છે. અથવા તેને સર્વવ્યાપી અને દ્રશ્યમાન બ્રહ્માંડ તરીકે પણ ઓળખી શકીએ.

જ્યાં સુધી મનુષ્યનો પ્રશ્ન છે, જે દિવ્ય શક્તિ આપણા અંતરમાં સ્થાપિત થયેલ છે તે જ શક્તિ મનુષ્ય શરીર રૂપે પણ પ્રગટ થઈ છે. પરિણામે, આપણે દેખીતી રીતે સમાંતર રચનાઓને આકાર લેતી જોઈ શકીએ છીએ. પ્રથમ રચના સમગ્ર માનવતાનું ની કક્ષાએ અનુભવી શકાય છે જયારે બીજી રચના આપણે વ્યક્તિગત કક્ષાએ અનુભવીએ છીએ.

આ વિષે વિસ્તૃત ચર્ચા હું પાછળથી કરીશ.

વિશ્વમાં માત્ર દિવ્યશક્તિ અથવા સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય શક્તિ જ શાશ્વત અસ્તિત્વ ધરાવે છે, અન્ય કંઈ જ નહિ. તેથી આ પુસ્તકમાં મુખ્યત્વે સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ સમક્ષ આત્મ સમર્પણ ઉપર અથવા તો આપણા અંતરમાં જ દિવ્યશક્તિ પ્રગટ થવાના વિચાર ઉપર ભાર મુકવામાં આવ્યો છે. આ બંને વિચારો એક સમાન છે, અથવા તો એમ કહી શકાય કે એક બીજાના પર્યાય છે.

આપની ઉર્જા એ સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ છે અને તે જ રીતે આ ઉર્જા જ ઈશ્વર છે.

સર્વોચ્ચ ઉર્જા દ્રશ્યમાન બ્રહ્માંડ ના રૂપમાં અને તેનાથી આગળ વધીને પણ પ્રગટ થાય છે અને તે માનવતાના સામુહિક આત્મા તરીકે પ્રગટ થાય છે. જોકે આ ઉર્જા (માનવ જાતિનું સર્જન થયા પછી, અથવા દિવ્ય શક્તિએ મનુષ્ય અવતાર લીધો ત્યાર પછી) સુષુપ્ત અવસ્થામાં જ રહી છે અને વિશાળ અને અનંત બ્રહ્માંડમાં ક્યાંક સ્થાપિત થયેલ છે. સૈધાંતિક રીતે બ્રહ્માંડમાં આ ઉર્જાનું ચોક્કસ સ્થાન નક્કી કરવું શક્ય નથી. આ ઉર્જા દ્વારા જ આ રહસ્ય પ્રગટ કરવામાં આવે તે જરૂરી છે, કારણકે આ ઉર્જા જે સ્વરૂપ ધરાવે છે તેને માનવીય બુદ્ધિ મારફતે સમજવું શક્ય નથી. જોકે, યોગ સાધનાના ઉચ્ચ સ્તરે પહોચેલ એક યોગી માટે આ ઉર્જાનું રહસ્ય સમજવું સરળ છે. આ સુષુપ્ત ઉર્જા માનવતાના સામુહિક આત્મા વિષેની ભ્રાન્તિને પ્રયોજે પણ છે અને પોષે પણ છે.

તેથી, ઈશ્વરની અનાદીકાલીન ઉર્જા વ્યક્તિગત કક્ષાએ મનુષ્ય શરીર તરીકે પ્રગટ થયા પછી પણ સુષુપ્ત રહે છે અને મગજ અને કરોડરજ્જુ વચ્ચે જનનેન્દ્રિય વિસ્તારમાં સ્થાપિત થયેલી છે. જોકે આ સુષુપ્ત ઉર્જા વ્યક્તિની માનસિકતાને ભ્રમ અને માયાવી વિચારમાં જકડી રાખે છે.

એક સ્વ-પ્રકાશિત આદરણીય ગુરુ જયારે મનુષ્ય શરીર રૂપે પ્રગટ થયેલ આ ઉર્જાને જયારે સક્રિય કરે ત્યારે આ ઉર્જા ભ્રમિત માનસિકતાનો

વિનાશ કરે છે. વ્યક્તિગત કક્ષાએ સર્જન પૂર્વવત સ્થિતિએ પહોચે છે, જેથી વ્યક્તિ સ્વ-પ્રકશિત બનીને દિવ્યશક્તિમાં સમાઈ જય છે.

સમગ્ર માનવજાતિ માટે સૈધાંતિક રીતે આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી શક્ય છે કે કેમ એ વિચાર જ કોઈ પણ વાચકને અજાયબી સમાન લાગી શકે. પ્રાચીન સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં કરેલ વર્ણન મુજબ ઈશ્વર સૃષ્ટિને (તેના સામુહિક સ્તરે) પ્રત્યેક યુગના અંતની સાથે જ તેની પૂર્વવત સ્થિતિએ પહોચાડે છે. તેથી, હું વાચકને સર્જનની ચક્રિય પ્રકૃતિથી પરિચિત કરાવવા માગું છું. પ્રાચીન સંસ્કૃત ગ્રંથો અનુસાર, ઈશ્વર સમયાંતરે સામુહિક સ્તરે સૃષ્ટિનું સર્જન કરે છે.

આ વિષય અંગે હું આગળ જે કંઇ પણ કહેવા જઈ રહ્યો છું તે સંપૂર્ણપણે મારો વ્યક્તિગત અભિપ્રાય છે. હું આવા વિશાળ પરિમાણ ધરાવતા પ્રશ્ન અંગે ટીપ્પણી કરું એટલો જાણકાર નથી.

કોઈ વ્યક્તિના કિસ્સામાં જયારે કોઈ રચના તેની પૂર્વવત સ્થિતિમાં મુકાય ત્યારે આવી વ્યક્તિને સીમિત પ્રમાણમાં આત્મજ્ઞાન ની અનુભૂતિ થાય છે. જોકે ગુરુ ના આશીર્વાદ સાથે કરવામાં આવેલ યોગ સાધના જ વ્યક્તિને આત્મજ્ઞાનની અંતિમ સ્થિતિએ પહોચવામાં સહાય કરે છે. વ્યક્તિગત કક્ષાએ રચનાને પૂર્વવત સ્થિતિમાં કેવી રીતે મૂકી શકાય તે વિષે એક પ્રકરણમાં મેં ચર્ચા કરી છે.

જોકે, જયારે સૃષ્ટિની રચના સમગ્ર બ્રહ્માંડની કક્ષાએ તેની પૂર્વવત સ્થિતિએ મુકવામાં આવે ત્યારે માનવજાતિ દ્વારા સામુહિક આત્મજ્ઞાનનું પરિબળ આકાર લઈ શકતું નથી.

આનું કારણ સીધું અને સાદું છે.

પ્રથમ, જયારે બ્રહ્માંડીય માયાની અથવા માયાની પરિસ્થિતિ સર્જાય ત્યારે વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતો અને યોગ સાધનાના સિદ્ધાંતોના પતનનો અનુભવ કરવા જેટલો સમય પણ કદાચ સમગ્ર માનવ જાતિને મળતો નથી. (આગળના પ્રકરણો માં મેં વિજ્ઞાન અને યોગના સિદ્ધાંતોના પતનનો અર્થ સમજાવ્યો છે).

બીજું, આત્મજ્ઞાન માત્ર ઈશ્વર અથવા દિવ્યશક્તિની ઈચ્છા અનુસાર જ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. અને, આપણે સહુ જાણીએ છીએ કે સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ હજુ સુધી રહસ્યમય જ રહી છે.

આ વિષય અંગે હું વધુ કોઈ ટીપ્પણી કરવા સક્ષમ નથી.

જ્યાં સુધી વ્યક્તિને સબંધ છે, પોતે દિવ્ય શક્તિ અથવા ઈશ્વરનો અંશ હોવા વિષે આત્મજ્ઞાન અને સ્વ-પ્રકાશ દ્વારા તેને સર્વોચ્ચ શક્તિ વિષે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. કારણકે આ સર્વોચ્ચ શક્તિ જ વ્યક્તિનું સ્વત્વ છે.

તેથી, મનુષ્ય માટે બ્રહ્માંડમાં સર્વોચ્ચ અનાદીકાલીન શક્તિની શોધ કરવાની કોઈ આવશ્યકતા નથી. આ શક્તિ પ્રત્યેક મનુષ્યના અંતરમનમાં જ

સમાયેલી છે. આ શક્તિ જ પ્રત્યેક મનુષ્યનું સ્વત્વ છે.

આ અનાદીકાલીન શકિત, જે કરોડરજ્જુ ના નીચેના ભાગમાં સ્થિત છે, ચિનગારી મળતા જ જ્ઞાનતંત્રના ઉપરના ભાગે પ્રયાણ કરવા લાગે છે. જેમ જેમ આ શક્તિ જ્ઞાનતંત્ર ના ઉપરના ભાગમાં પ્રવેશ કરે છે, તેમ તેમ વ્યક્તિને પોતાના શરીરમાં જ આ શક્તિના હલનચલન નો અનુભવ થવા લાગે છે.

આધુનિક વિજ્ઞાન આ પ્રક્રિયાને તર્કબદ્ધ રીતે સમજાવી શકતું નથી. વ્યક્તિ જયારે આ શક્તિનો પ્રવાહ પ્રત્યક્ષ રીતે જ અનુભવે ત્યારે જ તેને આ પ્રક્રિયા અંગે શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ ઉત્પન્ન થાય છે.

એવું નથી કે આ પ્રક્રિયા દ્વારા માત્ર શરીરમાં શક્તિની હિલચાલ જ થાય છે. સૌથી પહેલા તો આ શક્તિ અથવા ઉર્જા જ્ઞાનતંતુઓમાં પ્રતિક્રિયા ઉત્પન્ન કરે છે. ત્યારબાદ, તે મનુષ્યના મનને વિષયાસક્ત વિચારોથી મુક્ત કરે છે, જેના માટે જે તે વ્યક્તિએ સ્વેચ્છાએ કોઈ પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી. ત્યારબાદ વ્યક્તિના મન અને બ્રહ્માંડીય શક્તિ વચ્ચે એક બિંદુ સ્થાન લે છે.

જેમ જેમ આ ઉર્જા જ્ઞાનતંત્ર તરફ ઉપર પ્રયાણ કરે છે, આપનું મન ઉચ્ચ અને ઉચ્ચતર સ્તરે પહોચે છે. જે ક્ષણે સંપૂર્ણ જ્ઞાનનું પહેલું કિરણ આપણા મનને સપર્શ કરે છે તે જ ક્ષણે આપણે આપણા સ્વત્વમાં સંપૂર્ણ આશીર્વાદનું અનુભવ કરીએ છીએ જેનું વર્ણન કરવું વિશ્વની કોઈ પણ ભાષામાં કરવું શક્ય નથી.

@snehmusarnamu

પ્રાચીન અથવા આધુનિક વિજ્ઞાન આ અસાધારણ ઘટનાને તર્કબદ્ધ રીતે સમજાવી શકે તે શકય નથી.

જયારે કોઈ વ્યક્તિની અંદર કુંડલિની શક્તિ અથવા બ્રહ્માંડીય ઉર્જા જાગૃત થાય ત્યારે તે વ્યક્તિ આવી સ્થિતિએ પહોંચે છે.

આ જ સ્થિતિને આપણે યોગ કહીએ છીએ – જે સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ અથવા ઈશ્વરમાં સમાઈ જવાની એક પ્રક્રિયા છે!

આ પુસ્તક કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થવાથી મને થયેલ પ્રત્યક્ષ અનુભવોનું વર્ણન કરે છે. મને થયેલ અનુભવોનું વર્ણન મેં કોઈ સંદેહ વિના અને કશું પણ છુપાવ્યા વિના કરવાનો પ્રયાસ કર્યો છે. આવા અનુભવોનું વર્ણન કરવું એ યોગ સાધનાની પરંપરા વિરુદ્ધ હોવા છતાં મેં માત્ર પરોપકારની ભાવના સાથે જ આમ કર્યું છે.

સામાન્ય ધારણા અનુસાર યોગની વ્યાખ્યા અંગસ્થિતિ અથવા શારીરિક સ્થિત અને શ્વાસોચ્છવાસ સબંધી વ્યાયામની પ્રક્રિયા તરીકે જ કરવામાં આવે છે. જોકે આ ક્રિયાઓ તો માત્ર બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત કરવા માટેના સાધન માત્ર છે. આ ક્રિયાઓ તેમની મેળે જ યોગનું રૂપ ધારણ કરતી નથી કે યોગ સાધના માત્ર આ ક્રિયાઓ કરવા પુરતી જ સીમિત નથી. જોકે આ અંગ સ્થિતિઓ અને શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયાઓનો એક સ્વતંત્ર યોગિક ક્રિયા તરીકે પ્રયોગ કરવામાં

આવે છે પરંતુ માત્ર કુંડલિની અથવા બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત થયા પછી જ આ ક્રિયાઓનો ઉપયોગ કરવાનો ઉદેશ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

તે જ રીતે, ધ્યાન અથવા મનન પણ સુષુપ્ત બ્રહ્માંડીય ઉર્જા જાગૃત કરવા માટેનું એક સાધન માત્ર છે. એક વાર આ ઉર્જા કે શક્તિ જાગૃત થાય પછી જ ધ્યાન અથવા મનનનો ઉદેશ સમ્પૂર્ણરીતે પ્રાપ્ત થાય છે.

અન્ય સાધનો અથવા પ્રવીધિઓ જેવી કે ઈશ્વરની ભક્તિ, કોઈ ફળની આકાંક્ષા વિના સાંસારિક કર્તવ્યોનું પાલન વિગેરે નો પણ ઉપયોગ કરી શકાય.

પ્રત્યેક યોગ સાધનામાં સુષુપ્ત બ્રહ્માંડીય શક્તિને સક્રિય કરવા માટે કોઈ વિશિષ્ટ પ્રવિધિ અથવા સાધનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. આ સ્થિતિ તાંત્રિક સાધના વિષે પણ લાગુ પડે છે. આ પ્રવિધિ સ્વયં એક સાધન માત્ર છે. યોગનો આરંભ વ્યક્તિમાં બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત થયા પછી જ થાય છે. આ પ્રક્રિયાને ‘વળતા પ્રવાસ’ સાથે સરખાવી શકાય, જેની શરૂઆત જયારે વ્યક્તિ પાછો ફરીને ચાલવા લાગે ત્યારથી થતી હોય છે.

યોગનો અર્થ થાય છે વ્યક્તિગત અથવા મનુષ્ય આત્માનું ઈશ્વર તરીકે ઓળખાતી સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય આત્મા, એટલે કે પરમાત્મા સાથેનું મિલન.

જ્યાં સુધી વ્યક્તિના અંતરમાં સમાયેલી બ્રહ્માંડીય શક્તિ ઉપર અહંકાર, બુદ્ધિ, મન અને પાંચ ઈન્દ્રિયોનું આવરણ ચડેલું હોય ત્યાં સુધી આ પ્રક્રિયાનો આરંભ કરી શકાતો નથી.

@shehnusarnamu

આ કારણથી, વ્યક્તિએ સૌ પ્રથમતો તેના અંતરમાં ધ્યાનને કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. પરંતુ, કોઈ પણ વ્યક્તિ, પછી તે પુરુષ હોય કે સ્ત્રી, પોતાની મેળે અને સ્વેચ્છાએ આમ કરી શકવા સમર્થ નથી. આ અંગે હું પછીથી વિસ્તૃત ચર્ચા કરીશ.

બ્રહ્માંડીય ઉર્જા જાગૃત થયા પછી માનસિકતાનો વળતો પ્રવાસ શરુ થાય છે અને અંતે તે તેના મૂળ સ્ત્રોતમાં વિલીન થાય છે.

આ મૂળ સ્થાન અથવા સ્ત્રોત ને આપણે વ્યક્તિનું સ્વત્વ, અથવા આત્મા તરીકે ઓળખીએ છીએ. આ સ્વત્વ અથવા આત્મા ના સ્વભાવ અને ઈશ્વરના સ્વભાવમાં કોઈ અંતર નથી. તે આગની એક ચિનગારી સમાન છે.

તેથી, આ બ્રહ્માંડીય શક્તિને જાગૃત કરવા માટે વિવિધ યોગ સાધનાઓના રૂપે અનેક પ્રક્રિયાઓ અને પ્રવીધિઓ ઉપયોગમાં લેવાય છે. એકવાર કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થાય, પછી આ તમામ યોગ સાધનાઓ એક મહાન માર્ગ અથવા પથમાં સમાઈ જાય છે.

સિદ્ધ મહા યોગ

કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થયા પછી શરુ થતો આ મહાન માર્ગ અથવા એક મહાન યોગ સાધના છે જેને આપણે સિદ્ધ મહા યોગ કહીએ છીએ.

તમામ યોગ પદ્ધતિઓ, તાંત્રિક પ્રથાઓ, ધાર્મિક પ્રથાઓ, તત્વજ્ઞાન, સિદ્ધાંતો, અંધવિશ્વાસ વિગેરે જે આજના વિશ્વમાં અસ્તિત્વ ધરાવે છે, તેઓનો મુખ્ય ઉદેશ મનુષ્ય શરીરમાં સ્થાપિત સુષુપ્ત બ્રહ્માંડીય ઉર્જાને જાગૃત કરવાનો છે. આ ક્રિયા સુષુપ્ત ઉર્જાને જાગૃત કરવાની વિવિધ પ્રવીધિઓનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ અથવા અપ્રત્યક્ષ રૂપે કરી શકાય જેને પરિણામે આ ઉર્જાની વળતી યાત્રા શરુ થાય છે. મેં આગળ એક પ્રકરણમાં બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત કરવા માટે પ્રયોજવામાં આવતી વિવિધ પ્રવીધિઓ અને પ્રક્રિયાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરી છે.

આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાના હેતુની પ્રાપ્તિ માટે માનવ શરીરમાં એક ચોક્કસ બ્રહ્માંડીય વ્યવસ્થા અસ્તિત્વ ધરાવે છે. આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ સૈધાંતિક રીતે કોઈ અન્ય સાધન દ્વારા કરી શકાતી નથી. વાસ્તવમાં, સર્વોચ્ચ ઈશ્વરીય શક્તિ દ્વારા માનવ જાતિને આપવામાં આવેલ આ એક મુલ્યવાન ઉપહાર છે. કોઈ પણ મનુષ્ય તેના શરીરમાં બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત થવાની અવસ્થાની પ્રત્યક્ષ રીતે અનુભૂતિ કરી શકે. હું માનું છું કે આ સિદ્ધાંત અંગે મનમાં સંશય રાખતા વ્યક્તિઓની શંકાનું હવે સમાધાન થઇ ચુક્યું હશે.

તો પછી અહી વિનાશ અથવા પરિવર્તન શા માટે આવશ્યક છે?

આની આવશ્યકતા પાછળનું એક માત્ર કારણ એ છે કે માનવ જાતિનું સર્જન અને વિકાસ બ્રહ્માંડીય શક્તિ દ્વારા પૂર્વવત સ્થિતિમાં લાવવું જરૂરી છે, જેથી તેનું અધઃસ્તર અથવા દિવ્યશક્તિ પ્રગટ થઇ શકે. આને જ આપણે આત્મજ્ઞાન અથવા મોક્ષ કહીએ છીએ.

વ્યક્તિની માનસિકતા ના પરિવર્તન અથવા વિનાશ ની પ્રક્રિયા કેવી રીતે આકાર લે છે તે વિષે હું આગળ વિસ્તારથી ચર્ચા કરીશ.

બ્રહ્માંડનુ આ સર્વોચ્ચ અનાદીકાળનું બળ માનવ જાતિ તરીકે (બ્રહ્માંડની એક અલ્પકૃતિ ના સ્વરૂપમાં) પ્રગટ થયા બાદ વ્યક્તિના જ્ઞાનતંત્રના પાયાના ભાગે સુષુપ્ત અવસ્થા ધારણ કરે છે. અહી 'સુષુપ્ત' શબ્દ વાપરવા પાછળનો આશય સર્જનનો તબક્કો વીતી ચૂક્યાની પરિસ્થિતિ જણાવવા પુરતો જ છે. જોકે, અનાદીકાળની શક્તિ ચોક્કસ અર્થમાં ક્યારેય સુષુપ્ત રહેતી નથી. આ બળ મનુષ્યની માનસિકતાને ભ્રમિત કરવામાં રચ્યું પચ્યું રહે છે અને આ ક્રિયામાં તેને મનુષ્યના અહંકાર, બુદ્ધિ, મન અને પાંચ ઈન્દ્રિયોનો સાથ મળતો રહે છે.

જયારે સમર્થ ગુરુ આ શક્તિને જાગૃત કરે છે, ત્યારે વ્યક્તિની માનસિકતાનું દિશાપરિવર્તન થાય છે અને આમ એક યોગ સાધકની નકારાત્મક માનસિકતાનું વિનાશ થવાનું શરુ થાય છે. આ સર્વોચ્ચ શક્તિ અંતે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરમાં સમાઈ જાય છે જેને પરિણામે મનુષ્યના મનમાં સંપૂર્ણ જ્ઞાન સિવાય અન્ય કોઈ વિચાર અસ્તિત્વમાં રહેતો નથી. આ રીતે વ્યક્તિની દિવ્યતા અથવા સ્વત્વ પ્રગટ થાય છે!

તેથી, જે અનાદીકાલીન શક્તિ દ્વારા મનુષ્ય જાતિનું સર્જન કરવામાં આવ્યું છે તે જ શક્તિ આ સર્જનને પૂર્વવત સ્થિતિમાં લાવી મુકે છે આને આમ મનુષ્યની વળતી યાત્રા શરુ થાય છે.

પ્રાચીન કાળથી વિશ્વભરમાં વિભિન્ન રીતે ખુલાસો કર્યા પ્રમાણે ‘જીવન’ નું હાર્દ આ જ વસ્તુ છે. તેથી, આ દિવ્ય આશીર્વાદ વિના મનુષ્ય માટે માત્ર પોતાના જ પ્રયત્નો દ્વારા આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું શક્ય નથી.

કોઈ વ્યક્તિ આત્મજ્ઞાનની શોધમાં કદાચ વિશ્વના ચારેય ખૂણા ફરી વળે, ઉચ્ચતમ સ્તરની ધાર્મિક વિધિઓ અને ક્રિયાકાંડનું પાલન કરે, અને તે શક્ય હોય તેવા કોઈ પણ અને બધા જ પ્રયત્નો કરે, તેમ છતાં આ બધું વ્યર્થ છે. કારણકે, સૌથી પહેલા, માત્ર આદરણીય અને સમર્થ ગુરુ જ બ્રહ્માંડીય શક્તિને જાગૃત કરી શકે છે. અને, આવા ગુરુ આ શક્તિને જાગૃત કરે ત્યાં સુધી યોગના સાધકને તેના તમામ પ્રયત્નો છતાં ક્ષણિક માનસિક શાંતિથી વિશેષ કંઈ જ પ્રાપ્ત થતું નથી.

@snehhusarnamu

અને એટલે જ, વિશ્વના તમામ ધર્મો સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર સમક્ષ સંપૂર્ણ આત્મ-સમર્પણનો આગ્રહ રાખે છે. કારણકે, આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા સારુ આ એક જ માર્ગ ઉપલબ્ધ છે.

માનવ શરીરમાં એક વાર જો આ બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત થઇ જાય પછી મોક્ષ પ્રાપ્તિ માટેના તમામ માર્ગો એક બીજામાં ભળી જઈને ઈશ્વર વિશેના મહાન વિચારનું રૂપ ધારણ કરે છે જે અંતમાં આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિમાં પરિણમે છે. ટૂંકમાં, મારા કહેવાનો અર્થ એ જે છે કે, વ્યક્તિમાં કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થયા પછી દિવ્ય શક્તિ વિશેના તેના તમામ વિચારોમાં આમૂલ પરિવર્તન આવે છે. ત્યારબાદ, મનુષ્યના મનમાં વિભિન્ન ધર્મો વિષે કોઈ તફાવત રહેતો નથી.

તમે આ વિચારને એક “મહાન” ધર્મ, અથવા યોગ સાધના અથવા એકીકૃત વિશ્વનો સિદ્ધાંત કહી શકો છો.

જે સ્થિતિને બૌધિક સ્તરે સમજી શકાય અથવા જે પરિસ્થિતિનું અર્થઘટન થઇ શકે તેમ ન હોય તેનું વર્ણન કરવામાં મનુષ્યની બુદ્ધિ માંથી ઉદ્ભવેલી વિશ્વની તમામ ભાષાઓ ઉણી ઉતરે છે.

તેથી, બધા જ ધર્મો, તત્વજ્ઞાન, સિદ્ધાંતો, યોગ સાધનાની પદ્ધતિઓ વિગેરે મનુષ્યની સુષુપ્ત બ્રહ્માંડીય શક્તિ જાગૃત કરવા માટે આ જ કેન્દ્ર બિંદુ સુધી

પહોચવા માટેનું માર્ગદર્શન પૂરું પાડી શકે છે. આ સ્થિતિએ પહોચ્યા પછી બધા જ લોકો માટે ઈશ્વરની અનુભૂતિ એક મહાન વિચારનો રૂપ ધારણ કરે છે! હું વાચકને ભારપૂર્વક કહેવા માગું છું કે આ સ્થિતિએ પહોચ્યા પછી તેના માનસિક વિચારોમાં ભારે પરિવર્તન જોવા મળે છે. દિવ્ય શક્તિ વિશેની સમાજમાં પણ ભારે પરિવર્તન આવે છે. એક પ્રકરણમાં મેં આ પાસા વિષે વિસ્તૃત ચર્ચા કરી છે. જો સાદી ભાષામાં વર્ણન કરું તો, અનેક પ્રસંગોએ યોગ સાધકને શું પ્રાપ્ત થયું છે તેની જાણ સુદ્ધા થતી નથી. તે તેના અંતઃકરણમાં એક ચમકારાની જેમ પરિવર્તન અનુભવે છે. આ સર્વોચ્ચ અનાદીકાલીન શક્તિ આવી વ્યક્તિને તેણે સ્વેચ્છાએ કરેલ કોઈ પણ પ્રયત્ન વિના આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે આગળ વધવા પ્રેરિત કરે છે.

સિદ્ધ મહા યોગના સાધકોના કિસ્સામાં આ બ્રહ્માંડીય શક્તિ સમર્થ ગુરુના આશીર્વાદ દ્વારા સક્રિય બને છે. આ ગુરુ પહેલેથી જ માનવતાના હિતમાં સર્વોચ્ચ અનાદીકાલીન શક્તિના માધ્યમ તરીકે કાર્ય કરતા હોય છે. આવા સમર્થ ગુરુ ‘શક્તિપથ’ અથવા ‘શક્તિના ઉદ્ભવસ્થાન’ તરીકે ઓળખાતી પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરી આ શક્તિની ક્રિયામાં સાધકના હિતમાં હસ્તક્ષેપ કરે છે.

આ વિષય વિષે મેં આ પુસ્તક માં આગળ વિસ્તૃત ચર્ચા કરી છે.

આથી, આ યોગ પ્રણાલી અન્ય બધી યોગ પ્રણાલીઓની એક સ્વતંત્ર યોગ પ્રણાલી નથી,

જે તેમના પોતાના માર્ગો ધરાવે છે અને નિષ્ક્રિય કુંડલિની અથવા બ્રહ્માંડીય ઊર્જાને જાગૃત કરવા માટે તેમની અનન્ય તકનીકોનો ઉપયોગ કરે છે.

જોકે, મને ખાતરી છે કે જે ઘડીએ આપણે આ બધા માર્ગો અંતમાં સમાન દેવત્વ તરફ દોરી જાય છે તેમ માનવાની સ્થિતિએ પહોચીશું, ત્યારે આ વિવિધ સિદ્ધાંતો એક સારા માર્ગ તરીકે પ્રગટ થશે.

તેથી, માનવતા જે મંચની શોધ કરવા માટે ગ્રંથો, ધર્મો, ફિલસૂફીઓ, ઉપદેશો, યોગ પ્રણાલીઓ, પરંપરાગત પ્રણાલીઓ વગેરેની મદદ લે છે, તે પહેલાથી જ સિદ્ધ મહા યોગના સાધક માટે સુલભ બનાવવામાં આવ્યું છે. તેથી જ મહા યોગ કહેવામાં આવે છે!

જોકે, ગુરુ ની દિવ્ય દ્રષ્ટિના પ્રતાપે સાધક માટે સુલભ બનેલ આ ઉચ્ચ કક્ષાના અધ્યાત્મિક મંચ દ્વારા આપણે રાતો રાત અથવા થોડા જ વર્ષોના સમયમાં આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. શક્તિપીઠ અથવા ઉર્જાના ઉદ્ભવ સ્થાનનો લાભ આપણી અંદર કુંડલિની ઉર્જા જાગૃત કરીને જ મેળવી શકીએ છીએ.

આ ઉર્જા જાગૃત થવાથી સાધક એક એવા માર્ગ તરફ પ્રસ્થાન કરે છે જ્યાંથી એ તેની અગાઉની સામાન્ય જીવન શૈલીમાં પાછો ફરી શકતો નથી. કદાચ, આ કક્ષાએ પહોંચ્યા પછી જ, તેના પૂર્વજન્મો ના સ્વપન સાકાર થાય છે. વ્યક્તિમાં કુંડલિની ઊર્જાનું જાગરણ થવું એ એક અત્યંત દુર્લભ ઘટના છે.

હકીકતમાં આ ઉર્જાનું જાગરણ થવું જ માનવ જાતિ દ્વારા કરવામાં આવતી ઈશ્વરની ઉપાસનાનો મૂળ હેતુ છે.

તમામ યોગ પ્રણાલીઓ, તાંત્રિક પદ્ધતિઓ, વગેરે આ આશય સાથે જ અમલમાં મુકવામાં આવે છે. કુંડલિની ઊર્જા જાગૃત કર્યા વિના આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિકોણથી કંઈ પણ પ્રાપ્ત કરી શકાય નહી. સામાન્ય રીતે કોઈ પણ મનુષ્ય આ રીતે જાગૃતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે અથવા આ દૈવી કૃપા એકજ જન્મમાં પ્રાપ્ત કરવા માટે સક્ષમ નથી. આથી, ભૂતકાળનાં જન્મોમાં જોયેલ સ્વપ્ન અથવા સખત કાર્યના પ્રતાપે જ છેવટે આ દિવ્ય કૃપા પ્રાપ્ત થાય છે.

સંસારિક દૃષ્ટિકોણથી વિચારતાં, આ જાગૃતિના કારને આપણને ભૌતિક રીતે કશું અદભુત પ્રાપ્ત થયેલ હોવાનો કદાચ અનુભવ થશે નહી. જોકે, સાધક જો દૈવી દ્રષ્ટિકોણ થી વિચારશે, તો તેને બધું જ મળી ગયેલ હોવાનું અનુભવ થયા વિના રહેશે નહી. લોકોના મનમાં એક ખોટી ધારણા ઉભી થયી છે કે જો વ્યક્તિની કુંડલિની ઉર્જા શક્તિ જાગૃત થાય તો તેને તમામ ભૌતિક સુખોની અને વસ્તુઓની પ્રાપ્તિ થશે. પ્રત્યેક વાચક એક હકીકત થી વાકેફ હશે કે ઈશ્વરના દ્વારે જનાર મોટા ભાગના વ્યક્તિઓ ભૌતિક વસ્તુઓની ભીખ માગવા માટે જ જાય છે. એવું જ ભાગ્યે જ બનતું હોય છે કે કોઈ વ્યક્તિ ઈશ્વરના દ્વારે આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિકોણ મુજબ દિવ્ય કૃપાની પ્રાપ્તિ માટે જ જવા માગતી હોય. જયારે જયારે સર્વોચ્ચ શક્તિ તેની કૃપાની વર્ષા કરે છે ત્યારે તે આવી કૃપા કુંડલિની ઉર્જા જાગૃત કરવાના રૂપમાં જ કરે છે. દિવ્ય શક્તિ મનુષ્યની ક્ષુલ્લક ભૌતિક વસ્તુઓ સાથે કોઈ સંબંધ રાખતી નથી.

ગમે તે વ્યક્તિને આ યોગ પ્રણાલીમાં સહેલાઈથી પ્રવેશ આપી શકતો નથી કારણ કે દરેક વ્યક્તિનું મન આ સાધનાના બળને ખમી શકે તેટલું મજબુત હોતું નથી. વધુમાં, જો વ્યક્તિના મનની સ્થિતિ અનુકુળ ન હોય, તો આ ઉર્જાના બળથી કોઈ લાભ થતો નથી. કદાચ આ જ કારણસર આ શક્તિનું અસ્તિત્વ અનુક્રમે દર છસો વર્ષે ગુપ્ત રાખવામાં અને જાહેર રીતે પ્રગટ કરવામાં આવે છે. શક્તિપથના બંધુત્વમાં, એટલે કે શક્તિપથ પ્રણાલીમાં આસ્થા ધરાવનારા લોકોમાં આ માન્યતાનો વ્યાપક પણે સ્વીકાર કરવામાં આવે છે. જરા કલ્પના કરી જુઓ કે દરેક વ્યક્તિ કોઈ ગુરુજી પાસે યોગ સાધના માટે દીક્ષા મેળવવા પહોચી જાય તો શું હાલત થાય?

અહીં, હું વાચકને વિનંતી કરું છું કે તેઓ મારી વિરહની વ્યથાને સમજવા પ્રયત્ન કરે. હું ઈચ્છું છું કે આવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન જ ન થઇ હોત તો સારું થાત. અફસોસ! મનુષ્યની સ્વતંત્ર ઈચ્છા શક્તિ એક ભ્રમ માત્ર છે. આ વિશ્વનું સર્જન ઈશ્વર દ્વારા કરવામાં આવ્યું છે. સંપૂર્ણ સ્વ-સમર્પણ સિવાય, મુક્તિને પ્રાપ્ત કરવા માટે બીજું કંઇ જ કરી શકાય તેમ નથી. માત્ર દૈવી કૃપા જ વ્યક્તિને બચાવી શકે છે. આ વાત નીચે જણાવેલા ઉદાહરણો દ્વારા સારી રીતે સમજાવી શકાય.

એક ડુક્કર, જે કાદવથી ભરેલ ખાડામાં બેઠો હોય, તેને જ્યાં સુધી કંઈક સખત વસ્તુ ખૂંચશે નહી ત્યાં સુધી એ કાદવમાંથી બહાર આવશે નહિ!

કુવાની અંદર રહેતો એક દેડકો પોતે વિચારે છે કે તેણે આખી દુનિયા જોઈ છે. તેની આ માન્યતા ત્યારે જ તૂટે છે જયારે કોઈ તેને કુવામાંથી બહાર કાઢીને સમુદ્રમાં ફેંકે છે.

તેવી જ રીતે, મનુષ્ય ‘જીવન’ તરીકે ઓળખાતા એક ‘એક ખાડા’ અથવા ‘એક કુવા’ માં જ જીવે છે.

હવે, શાશ્વત અને સંપૂર્ણ સત્યને મનુષ્ય સમજી શકે તે માટે તેની સાથે કોઈ ઘટના આકાર લે તે જરૂરી છે! કુંડલિની અથવા બ્રહ્માંડીય ઊર્જા - સર્વોપરી આદિકાળની શક્તિ આ જ કાર્ય કરે છે. જે વ્યક્તિમાં આ ઉર્જા જાગૃત થાય છે, તે વ્યક્તિ આ ઉર્જા શક્તિના બળ દ્વારા ખેંચાય છે અને તે સંપૂર્ણ સત્યનો અનુભવ કરે છે.

આધુનિક વિજ્ઞાનને કદાચ આ વાત સમજથી ઉપર અને અતાર્કિક લગતી હશે, પરંતુ , સિદ્ધ મહા યોગ સૂર્યની જેમ ઝળકે છે અને માનવ સમાજને ખુબજ ઉપયોગી તેવું જ્ઞાન અને શાંતિ પણ પ્રદાન કરે છે.

આખું વર્ષ ભલે નરકમાં જતું રહે !

ચિંતા કરશો નહી.. તમે આ બ્રહ્માંડમાં હંમેશાં એકલા જ રહેવાના છો. સંપૂર્ણ સત્ય, સંપૂર્ણ અસ્તિત્વ અને પૂર્ણ આનંદની પ્રાપ્તિ કરવાનો અધિકાર પ્રકૃતિ દ્વારા તમને આપવામાં આવ્યો છે. સિદ્ધ મહા યોગ આ જ વાતનું વચન માનવ જાતિને આપે છે.

@snehhusarnamu

મેં આ પુસ્તકના માધ્યમ દ્વારા વિજ્ઞાન, ફિલસૂફી, ધર્મ, યોગ પ્રણાલીઓ વિષેના મિશ્રણ માટે એક નમ્ર પ્રયાસ કર્યો છે!

મેં મારા અંતરાત્માના દરવાજા ખોલીને પરોપકારના દ્રષ્ટિકોણથી મારા અંગત અનુભવોનું વર્ણન કર્યું છે!

મેં નમ્રતાથી અને ખુલ્લા મને મારા અનુભવોનું વર્ણન કર્યું છે.

યોગ પરંપરા અંતર્ગત યોગ સાધનાના ચાર માર્ગો

યોગ સાધનાના બધાજ ગ્રંથો આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ માટેના માર્ગને ચાર પ્રાથમિક માર્ગોમાં સર્વાનુમતે વર્ગીકૃત કરે છે. આ માર્ગો કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થયા પહેલાના પ્રારંભિક તબક્કાઓ સાથે જ સબંધ ધરાવે છે. અહીં, વાચકને એક વાત યાદ રાખવા વિનંતી કરું છું. વિશ્વમાં કોઈ પણ વ્યક્તિ દ્વારા ભગવાનની ભક્તિ માટે કરવામાં આવતા કોઈ પણ સ્વરૂપમાં કરવામાં આવતા કાર્યો અને પ્રયત્નો (જેમ કે યોગ પ્રથાઓ, તાંત્રિક પદ્ધતિઓ અથવા અન્ય કોઇ પ્રથા) માત્ર કુંડલિની ઊર્જાની જાગૃતિને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવે છે. યોગની પરિભાષામાં આ તમામ પ્રયત્નોને ખુબજ સુક્ષ્મ માનવામાં આવે છે. વ્યક્તિમાં કુંડલિની ઊર્જા જાગૃત થયા પછી વાસ્તવિક સાધના શરૂ થાય છે. જોકે, અહીં એક વિડમ્બના પણ ઉપસ્થિત થાય છે. વ્યક્તિમાં કુંડલિની ઊર્જા સક્રિય થઈ જાય તે પછી, તે વ્યક્તિએ પોતાના પ્રયત્નો દ્વારા કંઇ કરવાનું બાકી રહેતું નથી. આ કક્ષાએ પહોંચ્યા પછી બધીજ ક્રિયા આંતરિક રીતે આદિકાળની ઊર્જા દ્વારા કરવામાં આવે છે. તેથી, કુંડલિની ઊર્જાનું જાગરણ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની પ્રક્રિયાનો પ્રથમ તબક્કો છે. તેથી, કુંડલિની ઉર્જા જાગૃત થયા અગાઉ કરવામાં આવેલ તમામ પ્રયત્નોને પ્રારંભિક પ્રયત્નો જ કહી શકાય

@shehnusarnamu

આ માર્ગો પૈકીનો પ્રથમ માર્ગ સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર પ્રત્યે સંપૂર્ણ સમર્પણ અથવા ભક્તિ નો માર્ગ કહેવાય છે.

અહીં, વ્યક્તિ તેની બધી ક્રિયાઓ સર્વશક્તિમાનને અર્પણ કરવાના આશય સાથે કરે છે. આ તબક્કે વ્યક્તિના મનમાં ચાલતા વિષયવિકારના તમામ વિચારોનો ત્વરિત ગતિએ નાશ થાય છે. આમ, વ્યક્તિ વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિ તરફ દોરાય છે, જે તમામ યોગ પ્રણાલીઓનો અંતિમ ઉદ્દેશ છે!

સામાન્ય રીતે આ માર્ગને આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે ઝડપી માર્ગ માનવામાં આવે છે!

જોકે, તેમ છતાં, હું વાચકને નમ્ર ભાવે જણાવું છું કે આ માર્ગ અનુસરવાથી દિવ્યતાના રક્ષણથી ભાગ્ય ખુબ ત્વરાથી પ્રગટ થાય છે. તેથી, આ પ્રણાલીને ખૂબ સલામત માનવામાં આવે છે, કારણ કે એવું કહેવાય છે કે ભગવાન ક્યારેય તેના ભક્તનો ત્યાગ કરતો નથી કે તેનું પતન ખાળવા તેને માર્ગથી ભટકવા પણ દેતો નથી.

આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિના હેતુ માટે આત્મ સમર્પણની આ પદ્ધતિ પ્રમાણમાં લાગણીશીલ અને સંવેદનશીલ લોકો પ્રકૃતિના લોકો માટે વધુ યોગ્ય છે.

હવે પછીના માર્ગમાં વ્યક્તિએ સંસારિક જીવનમાં પોતાની જાતને બધી ક્રિયાઓથી અલગ કરવાની જરૂર છે – આમાં સારી અને ખરાબ, બંને પ્રકારની ક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે. આમાં ભૌતિક રૂપે ભોગવી શકાય તેવી તમામ વિષય વાસનાના નાશનો સમાવેશ થાય છે. આ વાત હું વિસ્તારથી સમજાવવા માગું છું.

વ્યક્તિના મનમાં ઉદ્ભવેલ પ્રત્યેક જાતીય વિચાર તેની ભાવિ નિયતિની રચનાના બીજ તરીકે કામ કરે છે. જ્યારે વ્યક્તિ આ પ્રતિક્રિયા નસીબના સ્વરૂપમાં અનુભવે છે, આ નવા અનુભવની તેના મન ઉપર પડયા વિના રહેતી નથી. આ છાપ ફરી એકવાર તેના ભાવિની રચના માટે વધુ એક કારણ બને છે. આમ, કાર્યમાંથી કરણની ઉત્પતિ નું ચક્ર ક્યારેય સમાપ્ત થયા વિના આગળ વધતું રહે છે. જોકે, વાચકોએ યાદ રાખવું જોઈએ કે ક્રિયા ઉપર સંપૂર્ણ અંકુશ તો ધરાવે છે, પરંતુ આ ક્રિયા કરવામાં આવે તે પહેલાંની ઘડી સુધી જ. એકવાર ક્રિયા કરવામાં આવે, તેના પરિણામ પર કોઈ નિયંત્રણ રહેતો રહેતો નથી. તદુપરાંત, આ રીતે કરવામાં આવેલી ક્રિયાના પરિણામની આગાહી કરી શકાતી નથી, કારણ કે વ્યક્તિ તેની ઉપરના તમામ નિયંત્રણ ગુમાવી ચુકી હોય છે. આ પરિસ્થિતિમાં , વ્યક્તિએ તેના મનને તમામ વિષયવાસનાથી મુક્ત કરવી જરૂરી છે. આ તો જ શક્ય છે જો આપણે આપણી નિયતિ નો અનુભવ જે તે પરિસ્થિતિમાં આપણી સમક્ષ રજુ થાય તે જ પરીસ્થિત રૂપે કરીએ, જેથી આપણું મન બધી વિષયવાસનાથી મુક્ત થઇ જાય. જો કે, સાથેજ , વ્યક્તિએ તે સુનિશ્ચિત કરવાની જરૂર છે કે તેના મનમાં કોઈ નવા વિચારો પ્રવેશ કરતા નથી. વધુ એક વખત કહીએ તો, આ સ્થિતિ તો જ આકાર લે છે જો વ્યક્તિ લાગણીના બંધનોમાં ફસાયા વિના તેની નવી પ્રગટ થયેલ નિયતિનો મૌન રૂપે સ્વીકાર કરી લે. અહીં, હું સર્વે યોગ સાધકોને એક એક સદી સુચના આપવા આપવા માંગું છું. મન ઉપર પડેલ તાજી છાપ (જે આપણી નિયતિ તરીકે પ્રગટ થઇ હોય) ને મિટાવી દેવી પ્રમાણમાં સરળ છે. તેનો આધાર એક સાધક પ્રગટ થયેલ નવી નિયતિનો અનુભવ કરતી વખતે તેની સાથે લાગણીના કયા સ્તરે જોડાયેલ છે તેનું ઉપર છે. વ્યક્તિ જો ભાવનાત્મક રીતે ઊંડાણથી અનુભવ કરતી ન હોય તો આવા નવા વિચારોને પ્રમાણમાં સરળતાથી અટકાવી શકાય છે અને મિટાવી પણ શકાય છે. આ માર્ગ ખુબજ સંવેદનશીલ છે. સંસારી જીવનનો આનંદ અનુભવવા ની સાથેજ વ્યક્તિએ દરેક પળે સાવધ રહેવું જોઈએ. જેઓ આ માર્ગને અનુસરે છે તેમણે સંસારિક કાર્ય કરતી વખતે તેની સાથે ભાવનાત્મક રીતે જોડાવું જોઈએ નહિ. નહિંતર આવી ક્રિયાની છાપ તેના મનમાં કાયમી સ્થાન ધારણ કરશે તેમજ તેમની ભવિષ્યની નિયતિનું કારણ પણ બનશે.

આ માર્ગનું અનુસરણ કરનારે સમયનો ભોગ આપવા તૈયાર રહેવું પડે છે કારણ કે આવા સાધકે તેને કરેલ પાછલા તમામ કર્મોના ફળ ને ભૂલી જવું પડે

છે અને સાથે સાથે પોતે તેની વર્તમાન નિયતિ સાથે ભૌતિક રૂપે જોડાશે નહિ તેવો નિશ્ચય પણ કરવો પડે છે.

તેમ છતાં, આ માર્ગ ખૂબ ફાયદાકારક છે કારણ કે આ માર્ગ ઔન્સરનાર વ્યક્તિ સતત નિયતિના ભારમાંથી મુક્ત થઈને આધ્યાત્મિક કક્ષાએ પ્રગતિ કરે છે. જો વ્યક્તિ આ માર્ગથી ચલિત થઈ જાય અથવા તેનું પતન થાય તો પણ, આમ થવામાં નોંધપાત્ર સમય લાગી જાય છે અને તેના મનમાં વિષયવાસના વિચારોને ફરીથી પ્રવેશ કરવા માટે લાંબો સમય લાગે છે. આ સમય દરમ્યાન વ્યક્તિને આવા વિચારો પોતાને પથભ્રષ્ટ કરી રહેલ હોવાની જાણ થાય અને તેથી વ્યક્તિ સુધારાત્મક પગલા અપનાવે તેવી શક્યતા રહે છે.

આ જ રીતે, ત્રીજો માર્ગ જ્ઞાનનો માર્ગ છે.

જોકે, અહી એક વિડમ્બના ની સ્થિતિ સર્જાય છે! કારણકે, દિવ્યતાનું પ્રાગટ્ય દુન્યવી જ્ઞાનની મદદથી કરી શકાતું નથી! એટલે કે, વ્યક્તિએ સમજવું જોઈએ કે પૃથ્વી ઉપર પ્રાપ્ય સમગ્ર જ્ઞાનનો કોઈ ઉપયોગ નથી. સાધક માટે આ રીતે સંચિત કરવામાં આવેલ માહિતીનો કોઈ ઉપયોગ રહેતો નથી. જો કે, વ્યક્તિને અનુભૂતિ થાય કે આ માહિતીનું કોઈ મૂલ્ય નથી તે પહેલા તેમણે આ વિશાળ માહિતીને એકઠી કરવાની જરૂર છે.

હું આ વાત વધુ વિસ્તારથી સમજાવવા માગું છું.

આ વિશ્વમાં વિવિધ ભાષાઓમાં સર્વોચ્ચ દિવ્યતા વિષે વિશાળ સાહિત્ય ઉપલબ્ધ છે. જોકે, યોગના પરીપેક્ષથી નજર નાખતા, જે વ્યક્તિ જ્ઞાનના આ આખા સમુદ્ર વિષે પોતે નિષ્ણાત બનેલ છે તે એવા કોઈ પણ વ્યક્તિથી ભિન્ન કક્ષાએ નથી કે જેણે આ વિશાળ સાહિત્યનો એક પણ શબ્દ વાંચ્યો ન હોય. આનું કારણ ખૂબ જ સ્પષ્ટ છે - તેમાંના બંને પાસે દિવ્યતાનો કોઈ પ્રત્યક્ષ અનુભવ નથી.

દિવ્યતા વ્યક્તિના અંતરમાંથી પ્રગટ થાય તે જરૂરી છે.

વ્યક્તિના શરીરમાં દૈવીત્વ કોઈ પણ બાહ્ય સ્રોતમાંથી પ્રવેશ કરતું નથી, કારણ કે તે દરેક મનુષ્યના અંતરમાં જ સ્થાપિત થયેલું છે.

જો કે, પવિત્ર ગ્રંથો અન્ય દુન્યવી જ્ઞાન સાથે મળીને પરોક્ષ રીતે વ્યક્તિના મનમાં જ્ઞાનના ઉદભવમાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે.

વ્યક્તિ જો તેના અંતરમનમાં વ્યવસ્થિત અને તાર્કિક નિષ્કર્ષ ઉપર પહોચી શકે, તો તેને આ ભ્રામક દુનિયામાં દરેક વસ્તુને ત્યજવા માટે પ્રેરિત કરી શકાય. જ્યારે આ વિશ્વમાં ભૌતિક રીતે અનુભવી શકાય તે બધું જ ત્યજી દેવામાં આવે છે ત્યારે મનનું ધ્યાન કોઈ પણ વસ્તુ તરફ ખેંચાઈ શકતું નથી. કારણ કે એક વાર જયારે મન કોઈ પણ વિચાર વિના શાંત થઈ જાય છે, પછી તે આત્માની અંદર સ્થિત ભાવનાનું દર્પણ બની જાય છે. પરિણામે, આત્માની અંદરનું આવરણ,

જેને આપણે આત્મા અથવા દેવત્વ કહીએ છીએ તે પ્રગટ થાય છે. જયારે આમ બને છે ત્યારે, બધી જ ધૂળ ખંખેરી ગઈ હોવાથી, વ્યક્તિ જાણે અરીસામાં પોતાનું પ્રતિબિંબ જોઈ રહી હોય તેવો અનુભવ કરે છે. આ કિસ્સામાં, મન દર્પણ છે, જેની ઉપરથી વિષયવાસનાના વિચારો રૂપી કચરાના આવરણ દુર કરીને આ દર્પણ ને સ્વચ્છ બનાવવામાં આવ્યું છે.

આ માર્ગ બૌદ્ધિક પ્રકૃતિ ધરાવત્ગા લોકો માટે વધુ યોગ્ય છે.

આ માર્ગ અનુસરનાર વ્યક્તિએ વિશાળ પ્રમાણમાં માહિતી એકઠી કરવી પડે છે અને ત્યારબાદ અંતરમનમાં સતત સંવાદ સાધીને શાશ્વત સત્યના સંદર્ભમાં આવી માહિતીને નકારવી પડે છે.

આ ખુબજ મહેનાત્ભાર્યું કાર્ય છે જેમાં નોંધપાત્ર સમય પણ ખર્ચાય છે.

પછી એક એવો તબક્કો આવે છે જયારે વ્યક્તિની ની બુદ્ધિ પોતે ખરેખર સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર છે તેવું માનવા લાગે છે. તેણે પોતાની બુદ્ધિના માધ્યમ દ્વારા ધાર્મિક ગ્રંથો અને વિજ્ઞાન સંબંધી સાહિત્યનો અભ્યાસ કરીને પુષ્કળ માહિતી એકઠી કરેલ હોવાથી તેને આ સૃષ્ટિના સર્જન વિષે સંપૂર્ણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થઇ ગયું છે તેમ લાગવા માંડે છે. અહીં, આવી વ્યક્તિની સમજ પોતે સમગ્ર વિશ્વ જોયું છે તેમ માનતા કુવામાં રહેતા દેડકા થી વિશેષ નથી – જ્યાં સુધી આવા દેડકાને સમુદ્રમાં ફેંકવામાં ન આવે ત્યાં સુધી તે આમ જ વિચારતો હોય છે. તેમ છતાં, અંતમાં એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે જ્યારે બુદ્ધિને પોતે સર્વોપરી દેવત્વ નહિ હોવાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. કોઈક રીતે, બુદ્ધિ બિંદુએ પહોંચે છે જ્યાં વ્યક્તિના મન પાસે આજ્ઞાંકિત બન્યા સિવાય કોઈ વિકલ્પ રહેતો નથી. આ એક બ્રહ્માંડીય ઘટના હોય તેવું ભાસે છે. આવી વિશાળ માત્રામાં જ્ઞાન સામગ્રી પ્રાપ્ત કર્યાના અભિમાનમાં રાચતા વ્યક્તિ સાથે છેવટે કંઈક વિચિત્ર બનશે. વ્યક્તિ તેનું અભિમાન પડતું મુકીને પોતાના ચરિત્ર પ્રમાણે આધારે અનન્ય રીતે નમ્ર બની જાય છે.

અંતિમ માર્ગનું અનુસરણ મનની આંતરિક નિયંત્રણના માધ્યમ દ્વારા થાય છે. આ માર્ગ મૂળભૂત રીતે ધ્યાન ઉપર ભાર મુકે છે.

અહી, મન એક વિચારશૂન્યતા ની સ્થિતિમાં મુકાય છે. આ સ્થિતિ સામાન્ય રીતે કોઈ ચિત્ર, (ઈમેજ), અથવા ધ્વનિ અથવા કોઈ અન્ય ચીજ વસ્તુનો મન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટેના પદાર્થ તરીકે ઉપયોગ કરીને અને પછી અને તે પદાર્થ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને પ્રાપ્ત કરવામાં આવે છે. ધીમે ધીમે મન એ પદાર્થ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું શીખે છે. આ પછી એવો તબ્બકો આવે છે જ્યાં વ્યક્તિના મનમાં કંઈ પણ રહેતું નથી અને મન અને વિચારો, લાગણીઓ, વગેરેના સ્વરૂપમાં કોઈપણ ફેરફારની શક્યતાથી સંપૂર્ણપણે વંચિત બની જાય છે.

આ તબક્કે, મનને ધ્યાનથી એકાગ્રતા જાળવી રાખવા માટે પદાર્થ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની જરૂર નથી. આમ, મન વિચારશૂન્યતાની શાંત સ્થિતિમાં

પહોંચે છે.

આ માર્ગ વૈજ્ઞાનિક સ્વભાવ વાળી પ્રકૃતિ ધરાવતા લોકો માટે વધુ યોગ્ય છે. તેઓ દિવ્યતાની ખરાઈ અથવા ચકાસણી પ્રયોગો દ્વારા કરવા ઈચ્છે છે. તેઓ એવા પ્રકારના લોકો છે જેઓ જે દરેક તબક્કે દિવ્યતાનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરવા માગે છે. જો કે, આ માર્ગ સામાન્ય રીતે યોગ્ય શિક્ષક અથવા ગુરુના માર્ગદર્શન વિના ધ્યાન યોગને અમલમાં મુક્તા લોકો માટે જોખમરૂપ ગણવામાં આવે છે.

અહીં, આવા લોકો સંબંધે ભય એ વાતનો છે કે તેમના શરીરમાં કુંડલિની ઊર્જા બેકાબૂ રીતે સક્રિય થઈ શકે છે અને સાધક આવા બળને કદાચ ખામી શકવાની સ્થિતિમાં ન પણ હોય. પરિણામે, તેઓ શારીરિક અને માનસિક રીતે કાયમી પ્રકારની ઈજાનો ભોગ બની શકે. તેથી, વાચકને, જો તેઓ યોગ્ય દેખરેખ વગર કોઈપણ પ્રકારના ધ્યાનની પ્રેક્ટિસ કરતા હોય, તેમને ઉપરોક્ત ફકરાની એક ખાસ નોંધ બનાવવા વિનંતી કરું છું.

જો કે નીચેની (વાર્તા) કોઈ યોગ પ્રથા અથવા કુંડલિની ઊર્જાના સક્રિયકરણ સાથે સંબંધિત નથી, તેમ છતાં ઉપરના ફકરામાં મેં જે ઉલ્લેખ કર્યો છે તેના પર વધુ ભાર આપવા માટે, હું ગાત્રો થીજાવી નાખે તેવા અનુભવનું વર્ણન કરવા માગું છું જે મને બ્રહ્માંડીય બળ સબંધે થયો હતો. તેમ છતાં, આ અનુભવ બ્રહ્માંડીય ઊર્જાના આદિકાલીન સ્વરૂપ સાથે કોઈપણ રીતે સંબંધિત નથી. તેના બદલે, તેનો સંબંધ માનવ શરીરની અંદર જીવનના બળ સાથે સંબંધિત છે., જે બ્રહ્માંડીય ઊર્જાના આદિકાલીન સ્વરૂપનું સહેજ વધુ મોટું સ્વરૂપ છે. મેં ઊર્જાના સ્વરૂપના વિવિધ સ્વરૂપોમાં પ્રાગટ્ય વિષે પછીના પ્રકરણમાં વિસ્તૃત સમજૂતી આપી છે.

સિધ્ધ મહા યોગ પ્રણાલીમાં મારી દીક્ષાના લગભગ ચાર વર્ષ પૂર્વે, હું એક અદભૂત અનુભવમાંથી પસાર થયો હતો.

મને કોઈ વ્યકિતએ જણાવ્યું હતું કે હૈદરાબાદ શહેરમાં માં એક મહિલા પ્રાણિક રીતે દુખાવો મટાડનારી પ્રાચીન પ્રણાલી 'રેઈકી' શીખવે છે. મેં આ પ્રણાલીમાં પ્રવેશ માટેની પ્રક્રિયાના ભાગરૂપે તેમની એપોઇન્ટમેન્ટ મેળવી, અને નિયત સમએ હું તેમને ત્યાં પહોચ્યો.

ત્યાં, મને એક રૂમમાં બોલાવવામાં આવ્યો અને એક ખુરશી ઉપર બેસવાનું અને મારી આંખો બંધ કરવાનું કહેવામાં આવ્યું. આ મહિલા, જે રેઈકી શીકાવનાર ગુરુ છે, મારાથી થોડાક ગજ દૂર ધ્યાનસ્થ મુદ્રામાં બેઠા હતા. એક અન્ય મહિલા, જે પરિચારિકા હતા, તેમને મારા માથાના ઉચ્ચતમ ભાગ ઉપર હાથ મૂકવાની સુચના આપવામાં આવી. આ રીતે બ્રહ્માંડીય ઉર્જા મારા શરીરમાં તબદીલ કરવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો. મને આ અનુભવ થયો તે પહેલા મને કહેવામાં આવ્યું હતું કે રેઈકી ની દીક્ષાની પ્રક્રિયા દરમ્યાન વ્યક્તિ પોતાના શરીરમાં

ઉર્જાનું પ્રવાહ દાખલ થઇ રહ્યો છે તેવો અનુભવ કરતી હોય છે.

તેથી, હું સ્વાભાવિક રીતે જ મને આ પ્રકારનો અનુભવ થાય તેની રાહ જોતો હતો. આ સેશન પૂરું થયા બાદ મને થયેલ અનુભવ વિષે પૂછવામાં આવ્યું. મેં રેઈકીના ગુરુને જણાવ્યું કે કશું થયું છે તેમ મને લાગ્યું નહી. આ સાંભળીને તેમણે મને રેઈકી વિષે તાત્કાલિક કોઈ જ અભિપ્રાય નહિ બાંધવા વિનંતી કરી. વધુમાં, તેમણે મને ચાર દિવસ પછી ફરી એક પ્રયત્ન માટે અહી આવવા જણાવ્યું.

આ ઘટનાના બે દિવસ પછી, એક રાત્રે હું મારી પથારી ઉપર આડો પાડીને કોઈ ચોપડી વાંચી રહ્યો હતો. અચાનક જ જાણે મારા માથાના ઉપરના કેન્દ્ર ભાગમાં કંઈક ફરતું હોય તેવો અહેસાસ થયો. મારું ધ્યાન મારા પુસ્તકમાંથી જતું રહ્યું અને હું આ ઘટનાનો માનસિક રીતે અનુભવ કરવા લાગ્યો. આ ઘુમરાતી ચળવળ વધુ તીવ્ર બની ગઈ અને મારા માથાના ઉપરના બાહ્ય ભાગમાંથી મારા મગજમાં પ્રવેશ કરવા લાગી.

ત્યારબાદ, ઊર્જા ઝડપથી મારા શરીરના તમામ ભાગોમાં પ્રવાહિત થવા લાગી. મને એવું લાગ્યું જાણે મારી આંગળીમાંથી અને મારા પગમાંથી ઉર્જા બહાર હવામાં વહી રહી હોય. હું સ્પષ્ટ રીતે મારા શરીરના અંગોમાંથી ઉર્જા બહાર નીકળી રહી છે તેવું સંવેદન અનુભવી રહ્યો હતો. થોડીક મિનીટ પછી, ઉર્જાનો પ્રવાહ વધુ તીવ્ર બન્યો, અને હું મારા માથામાં એક અસ્વસ્થાભાર્યું સંવેદન અનુભવવા લાગ્યો. થોડા સમય બાદ મારા માથામાં ઉપજતું સંવેદન અસહ્ય બની ગયું.

હું કોઈ રીતે પથારીમાંથી ઉભો થયો, અને ત્યારબાદ ઉર્જાનો પ્રવાહ કંઈક અંશે ધીમો પડયો. જોકે, મારા શરીરમાં વહેતી ઉર્જાનું સંવેદન મારા મગજમાંથી તદન દુર થયું નહી, અને પરિણામે, હું રાતના બાકી સમય દરમ્યાન ઊંઘી શક્યો નહી. મારા માથામાં આ અસ્વસ્થાભાર્યું સંવેદન તો આખી રાત ચાલુ જ રહ્યું. બીજા દિવસે પણ આ સંવેદના દૂર થઇ ન હતી, અને સાંજે મેં બહાર ચાલવા જવાનો નિર્ણય કર્યો.

હું ચાલી રહ્યો હતો એ રસ્તા ઉપર ભારે ટ્રાફિક હતો. અચાનક, મને થયું કે કદાચ હું રસ્તા ઉપર જ પડી જઈશ. મારા માથામાં ચક્કર આવવા લાગ્યા અને રસ્તાની આ ભીડભાડ વચ્ચે અચાનક મારી આંખો સામે અંધારૂ છવાઈ ગયું હોય તેવું લાગ્યું. સદભાગ્ય, આંખો સામે આ અંધારાની સ્થિતિ થોડીક સેકન્ડો પુરતી જ હતી. જે બન્યું તેનાથી હું ખુબ ભયભીત બની ગયો અને તરતજ મેં મારા ઘરની દિશા પકડી.

ઘેર પાછા ફરતી વખતે, મને ગમે તે ઘડીએ ફરી આંખો સમક્ષ અંધારું છવાઈ જશે તેવું લાગવા માંડયું. આખરે હું મારી રૂમ ઉપર પહોચ્યો. જોકે, આ સંવેદનનો અનુભવ મારા મગજમાં બીજી રાત્રીએ પણ ચાલુ જ રહ્યો, જેના કારણે

હું સારી રીતે ઊંઘી પણ ન શક્યો.

બીજી સવારે, હું મારા રેઈકી ગુરુને મળવા ગયો અને તેમને મારા અનુભવ વિષે જણાવ્યું.

તેમણે મને જે કહ્યું તે સાંભળીને મારા હાડકા જાણે થીજી ગયાં.

તેમણે જણાવ્યું કે મારી અગાઉની મુલાકાત દરમ્યાન તેમને મને રેઈકીની દીક્ષા આપવામાં નિષ્ફળતા મળી હતી. ગમે તે કારણસર, આ પદ્ધતિ મારા કિસ્સામાં કાર્યગત નીવડી નહોતી. રેઈકી ગુરુએ આ પરિણામને ખુબજ ગંભીરતાથી લીધું હતું. તેમણે મને સમજાવ્યું કે મારા ગયા પછી, તેમણે તેમના દેવીના ચરણોમાં તેમનું માથું ટેકવી દીધું હતું. તેમણે દેવી માતાને આ શરમજનક પરિસ્થિતિમાંથી પોતાને બહાર કાઢવા પ્રાર્થના કરી હતી. વધુમાં, તેઓ મને રેઈકીની દીક્ષા દૂરના માધ્યમ દ્વારા આપવા માટે સતત પ્રયત્નશીલ રહ્યા હતા. આનો આર્થ એ થયો કે તેઓ મારા શરીરમાં પ્રાણિક ઉર્જા દુરથી મારા શરીરમાં દાખલ કરવા પ્રયત્ન કરી રહ્યા હતા.

મારા રેઈકી વિશેના અલ્પ જ્ઞાન અનુસાર, આમ કરવું ટેકનીકલ રીતે શક્ય છે. જોકે, મને આનો પ્રયક્ષ અનુભવ છેલ્લા બે દિવસથી થઇ રહ્યો હતો.

હું આ વિષય અને તેના પરિણામો અંગે વધુ ચર્ચા કરવા માંગતો નથી.

જોકે, આ ઘટના બન્યાના ઘણા વર્ષો સુધી મને મારું શરીર જાણે ઉર્જાની કચરા પેટી હોય તેવું લાગ્યા કરતું હતું. એટલે કે, જ્યાં સુધી મેં સિદ્ધ મહા યોગ પ્રણાલીની દીક્ષા ગ્રહણ કરી ત્યાં સુધી આ સ્થિતિ ચાલુ રહી. આ ઉર્જા કોઈ પણ ઉદેશ વિના મારા શરીરના દરેક ખૂણે અંદર પ્રવાહિત થતી રહેતી હતી. તેની મારા મન ઉપર કશી જ અસર થતી નહોતી. આના કારણે ઘણીવાર મને અકળામણ થતી અથવા ચીઢ ચડતી. આ અંગે હું કશું જ કરી શકવાની સ્થિતિમાં ન હતો અને આ સૌથી દયનીય બાબત હતી. હું આના વિષે જેની સાથે વાત કરી શકું એવી કોઈ વ્યક્તિ મારી જાણમાં નહોતી. મારી વાત માનશે કોણ? આમ, ઘણા વર્ષો સુધી મારે મારા શરીરમાં ઊર્જાના આ અસામાન્ય પ્રવાહ સાથે સમાધાન કરવું પડયુ હતું.

@shehnusarnamu

આ કારણોસર, યોગ્ય ગુરુ પાસેથી માર્ગદર્શન મેળવ્યા વગર કરવામાં આવતી ધ્યાનયોગની ક્રિયાના ભયસ્થાનો ઉપર હું ભાર મુકું છું. આમ કરવાથી શરીરમાં બ્રહ્માંડીય ઉર્જા બેકાબુ બનીને સક્રિય થવાની શક્યતા છે.

ઉપર જણાવેલ અનુભવનું વર્ણન મેં વાચકોને સાવચેત કરવાના આશયથી કર્યો છે, જેથી તેઓ બ્રહ્માંડીય ઉર્જા અંગે કોઈ પણ પ્રયોગ કરતા પહેલા સાવચેતીના પગલા ભરી શકે. જોકે, હું આમ કહીને વાચકને ડરાવવા માગતો નથી. હકીકતે, આ જ બ્રહ્માંડીય ઉર્જાને જો યોગ્ય રીતે નિયંત્રિત સ્થિતિમાં સક્રિય કરવામાં આવે તો તે વ્યક્તિને તેના આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિની દિશામાં દોરી શકે છે.

હવે હું મારા અગાઉના એક મહાન માર્ગ તરફ દોરી જતા ચાર પ્રારંભિક

માર્ગોના મુદ્દા ઉપર પાછો ફરવા માગું છું.

વ્યક્તિ આ માર્ગો પૈકી ગમે તે માર્ગ પસંદ કરે, તેના શરીરની અંદર કુંડલીની ઉર્જા એક અથવા બીજા તબક્કે જાગૃત થયા વિના રહેશે નહી. આ બ્રહ્માંડીય ઉર્જા વિવિધ યોગ પ્રણાલીઓ અંતર્ગત અલગ અલગ નામે ઓળખાય છે.

જોકે, કુંડલિની ઉર્જા જે કક્ષાએ સક્રિય થાય છે, તે જ કક્ષાએ આ તમામ માર્ગો એક જ માર્ગમાં સમાઈ જાય છે. જયારે આ તમામ માર્ગો એક બીજામાં સમાઈ જાય છે ત્યારે તેઓ એક મહાન માર્ગમાં પરિવર્તિત થાય છે. મેં આ સબંધે વિસ્તારથી ચર્ચા આગળ એક પ્રકરણમાં કરી છે.

માત્ર શરૂઆતના તબક્કે જ યોગ સાધકો દ્વારા સુષુપ્ત બ્રહ્માંડીય ઉર્જાને જાગૃત કરવા અલગ અલગ માર્ગ અથવા યોગ પ્રણાલીઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. એક વાર આ ઉર્જા સક્રિય બન્યા પછી તો દિવ્યતાની પ્રક્રિયા   આપો આપ જ ક્રિયાન્વિત થાય છે.

વ્યક્તિ એવા માર્ગ ઉપર દોરાય છે જ્યાં તે પોતાના અસ્તિત્વના સ્ત્રોત તરફની યાત્રા શરુ કરે છે – જેને આપણે સર્વોચ્ચ દિવ્યતા, અથવા ઈશ્વર, અથવા સર્વશક્તિમાન પણ કહીએ છીએ.

વ્યક્તિ જયારે પોતાના મૂળ સ્રોતમાં પાછા ફરવા માટેની યાત્રાએ નીકળે ત્યારે તેની સાથે શું બની શકે તે વિષે આ પુસ્તકમાં ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

@shehnusarnamu

કુંડલિની ઉર્જા

આ વિશ્વમાં કુંડલિની શક્તિ વિષેનું સાહિત્ય ખુબ મોટા પ્રમાણમાં ઉપલબ્ધ છે. હકીકતમાં, સંસ્કૃત ગ્રંથો પ્રમાણે કુંડલિની શક્તિના એક હજાર નામ આપવામાં આવ્યા છે. તેથી, હું સંસ્કૃત શબ્દ કુંડલિનીના અર્થને સમજાવવા માટે વિદ્વતાપૂર્ણ વિગતોમાં ઊંડું ઉતારવા માંગતો નથી. હું વાચકને સીધા જ મુદ્દાની જડ ઉપર લઇ જવા માગું છું.

કુંડલિની નો શાબ્દિક અર્થ “ગૂંચળું વાળેલ” થાય છે. આ બ્રહ્માંડની આદિકાલીન શક્તિ છે – બીજા અર્થમાં બ્રહ્માંડ આ આદિકાલીન શક્તિનું વિશાળ સ્વરૂપ છે.

જોકે, આધુનિક વિજ્ઞાન દ્વારા બ્રહ્માંડના કદ વિષે કરવામાં આવેલ ગણતરીના કારણે આ શક્તિની કોઈ મર્યાદા છે તેવું વિચારશો નહી.

આ ઊર્જાની પ્રકૃતિ અગમ્ય અને રહસ્યમય છે.

કોઈ વ્યક્તિ તેની સંખ્યા અથવા કદની વાત કરી શકે નહિ.

આ ઊર્જાની ખરી પ્રકૃતિ તો ઊર્જા પોતે જ પ્રગટ કરે છે, અને તે પણ તેવા યોગીઓ સમક્ષ જેઓ યોગની ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોચ્યા છે.

@shehnusarnamu

જોકે, વાચક આનો અર્થ સમજી શકે છે કે નહિ તે ચકાસવા માટે હું આના માટે એક શબ્દ પ્રયોગનો ઉપયોગ કરવા માગું છું. આ શબ્દપ્રયોગ છે: “ઉતમ અને સ્માર્ટ ઉર્જા” .

આ ઉર્જા સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં સર્વોચ્ચ શક્તિ છે. આ ઉર્જા શક્તિ મનુષ્ય અંને ઈશ્વરની જેમ ચેતન છે. અંતે તો, આ આદિકાલીન શક્તિ છે અથવા એમ કહી શકાય કે, આ શક્તિ તેની મૂળભૂત સ્થિતિમાં અનુભવી શકાય છે.

આ સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય સત્તા સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરથી અલગ નથી. આ ઈશ્વરનું જ એક સ્વરૂપ છે જે શક્તિ અથવા ઉર્જાના સ્વરૂપે પ્રગટ થયું છે.

તેથી, હું વાચકને તેના મનમાંથી આધુનિક વિજ્ઞાનના તમામ ખ્યાલોને કાઢી નાખવા વિનંતી કરું છું. કારણકે આ ખ્યાલો આ આદિકાલીન ઉર્જાના સ્થૂળ અને ભૌતિક સ્વરૂપ સાથે જ સબંધિત છે. આમ કરવાથી વાચક આ પુસ્તકને ખુબ સારી રીતે વાંચી અને સમજી શકશે.

આદિકાળની ઉર્જાને ભૌતિક સ્વરૂપમાં અભિવ્યક્ત કરવી અત્યંત જટિલ પ્રક્રિયા છે. મેં અગાઉ જણાવ્યું તેમ, આ ઉર્જા જ તેના સુંદર સ્વરૂપમાં એક ઉતમ અને સ્માર્ટ ઉર્જા છે. એક અર્થમાં તેનું અસ્તિત્વ સામાન્ય મનુષ્યની બુદ્ધિ કરતા અનેકગણી વધુ બુદ્ધિ નો અનુભવ કરાવે છે.

આ ઉર્જા પાસે, તેના મૂળ સ્વરૂપમાં, તમામ બાબતોનું જ્ઞાન છે અને આ ઉર્જા સર્વોચ્ચ છે. યોગના પ્રાચીન ગ્રંથો અનુસાર, સર્વોચ્ચ દિવ્યતા બે વિશેષતાઓ ધરાવતી હોવાનું માનવામાં આવે છે. સ્થિર પાસું તેની પહેલી વિશેષતા છે જયારે ગતિશીલ પાસું તેની બીજી વિશેષતા છે. સ્થિર પાસું સ્થાયી અને શાશ્વત સિદ્ધાંત સાથે સંકળાયેલું છે અને ગતિશીલ પાસું સદાય પરિવર્તનશીલ બ્રહ્માંડ અથવા બ્રહ્માંડીય ઉર્જા સાથે સંકળાયેલુ છે. જોકે, આ બંને પાસા એક જ સિક્કાની બે બાજુ સમાન છે. તેઓ એક અર્થમાં એક જ વસ્તુ છે. આ શક્તિ તેના સાધક સમક્ષ તેના ખરા સ્વરૂપે પ્રગટ થાય તે જરુરી છે. આ શક્તિ અથવા ઉર્જા એક ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોચેલ યોગી સમક્ષ જ પ્રગટ થાય છે. એવી સ્થિતિ જ્યાં મન નિરીક્ષણ કરે છે, જેનું નિરીક્ષણ કરવામાં આવી રહ્યું છે તે પણ મન છે અને આ પ્રયોગશાળા પણ મન છે.

આ સર્વોચ્ચ શક્તિ અથવા પરા શક્તિ (યોગ ગ્રંથો અનુસાર) બે કક્ષાએ દ્રશ્યમાન બ્રહ્માંડ તરીકે પ્રગટ થાય છે.

પહેલા સ્વરૂપમાં તે સામુહિક કક્ષાએ પ્રગટ થાય છે જયારે બીજા સ્વરૂપમાં તે વ્યક્તિગત કક્ષાએ પ્રગટ થાય છે. તેનો અર્થ એવો કરી શકાય કે એક તરફ તો આ બ્રહ્માંડ સમગ્ર માનવ જાતિની સામુહિક અંતરાત્માના સ્વરૂપે અસ્તિત્વ ધરાવે છે. જયારે બીજી તરફ, આ બ્રહ્માંડનું અસ્તિત્વ પ્રત્યેક વ્યક્તિની કક્ષાએ અલગ અલગ સ્વરૂપે પણ અનુભવી શકાય છે. જોકે, આ બંને સ્વરૂપોનું સંયોજન થવાથી એકજ્જ જ વાસ્તવિક સ્વરૂપ પ્રગટ થાય છે, જેનો અનુભવ દરેક વ્યક્તિ એક જ સ્વરૂપે કરે છે.

હું આ વાતની વધુ વિસ્તારથી ચર્ચા કરવા માગું છું.

વ્યક્તિગત કક્ષાએ વાસ્તવિકતાની સમજ જે તે વ્યક્તિના મનમાં સંચિત થયેલ વિષયવાસનાના વિચારો પ્રમાણે અલગ અલગ હોય છે. જોકે, અન્ય ઘણા સામાન્ય પરીબળોના કારણે વ્યક્તિને દ્રશ્યમાન થતા વિશ્વનું સ્વરૂપ અન્ય મનુષ્યોને દેખાતા વિશ્વનું સ્વરૂપ એક સરખું જ હોય છે. જોકે, આ બાબત શારીરિક રચના પુરતી જ છે. આ કારણસર વિશ્વની રચના સબંધે તમામ વ્યક્તિગત સ્વરૂપોનું એક બીજામાં સંયોજન થયેલ હોવાનું દેખાય છે. વધુમાં, વિશ્વનું આ એક સમાન દ્રશ્યમાન સ્વરૂપ એક વાસ્તવિકતા પણ છે અને આ વિચાર સામુહિક અનુભવના કારણે વધુ મજબુત બને છે. જોકે, જ્યાં સુધી મનમાં ચાલતા વિચારોનો પ્રશ્ન છે, આ વિચારો અને સામગ્રી દરેક વ્યક્તિના મનમાં અલગ અલગ જ હોય છે. તેથી, દરેક વ્યક્તિની સમજ પ્રમાણે તેને દૃશ્યમાન વિશ્વ પણ અલગ જ હોવાનું. આ વાત સમજવાનો સાવચેતી પૂર્વક પ્રયત્ન કરવા હું વાચક ને વિનંતી કરું છું. કોઈ એક વ્યક્તિને જો કોઈ બાબત સાચી અથવા જણાતી હોય તો અન્ય વ્યક્તિને પણ તે સાચી અથવા યોગ્ય લાગે તે જરૂરી નથી.

શું આ સંપૂર્ણપણે બ્રહ્માંડીય માયાજાળ નથી?

હવે, મનુષ્યને આ ભ્રામક પ્રકારની વાસ્તવિક્તા કેવી રીતે અસર કરે છે તે વિષે ચર્ચા કરવા માગું છું. આદિકાલીન બળ એવી રીતે તેનું કાર્ય કરે છે કે તે વ્યક્તિની વાસ્તવિકતા વિશેની સમજણને અસર થયા વિના રહેતી નથી. આ બળ માયાજાળ અને ભ્રમની રચના કરવા અને તેને ટકાવી રાખવા માટે જવાબદાર છે. મનુષ્ય આ બાબતને વાસ્તવિકતા સમજે છે.

જોકે, મનુષ્ય જયારે નિદ્રાધીન હોય ત્યારે આ માયાજાળનું વિશ્વ સુષુપ્ત અવસ્થાએ પહોચે છે અને જયારે મનુષ્ય જાગૃત અવસ્થામાં પાછો ફરે ત્યારે આ વિશ્વ ફરીથી સક્રિય થાય છે. જ્યાં સુધી સામુહિક વિશ્વનો પ્રશ્ન છે, આ વિશ્વનો અંત દરેક યુગમાં એક વાર જ આવે છે, અને તે પછી સૃષ્ટિનું ફરીથી નવસર્જન થાય છે.

આ વિષે હું વધુ વિગતવાર ચર્ચા કરવા માગું છું.

બાહ્ય વિશ્વ મૂળભૂત રીતે વ્યક્તિના આંતરિક વિશ્વનું અથવા તો તેના મનમાં જે કંઈ પણ વિચાર સ્થાન લે છે તેમનું પ્રતિબિંબ છે. તેથી, વ્યક્તિને રોજ બરોજ થતો વાસ્તવિકતાનો અનુભવ તેના મનમાં ભૌતિક વિશ્વ અને માનસિક સ્થિતિ સબંધે પ્રવર્તમાન સંસ્કાર અને પ્રભાવ ઉપર આધારિત છે. આ સંસ્કાર વર્તમાન જન્મના હોઈ શકે તેમ તે પાછલા અગણિત જન્મોના પણ હોઈ શકે. વાચકોને વિનંતી કરું છું કે તેઓ આ હકીકતને સમજવાનો પ્રયત્ન કરે: દરેક વ્યક્તિએ ભૂતકાળમાં અગણિત સંખ્યામાં જન્મ લીધો છે અને આ પુનર્જન્મ નું ચક્ર જ્યાં સુધી તે આત્મજ્ઞાન દ્વારા મોક્ષ પ્રાપ્ત કરે ત્યાં સુધી ચાલુ જ રહેવાનું છે. આમ, દરેક વ્યક્તિ બાહ્ય વિશ્વનો અનુભવ અલગ અલગ રીતે કરે છે. તેનો અર્થ એવો થયો કે દરેક વ્યક્તિ બાહ્ય વિશ્વનો અનુભવ પોતાની આગવી સમજ અને સંસ્કારો અનુસાર કરે છે.

ઉદાહરણ તરીકે, વ્યક્તિ તેના રોજ બરોજના જીવનમાં અલગ અલગ લોકોને મળે છે અને તેમના સંપર્કમાં આવે છે. આ બધા લોકો જેમનો સામનો તે દરરોજ કરે છે તેઓ આવી વ્યક્તિને બાહ્ય વિશ્વનો અનુભવ કરાવવા માટેના એક માધ્યમ રૂપે જ વર્તે છે. આ સિવાય, બાહ્ય વિશ્વની વ્યક્તિ ઉપર કોઈ વિશેષ અસર થતી નથી. હકીકતે, જે તે વ્યક્તિ દ્વારા તેની પરિસ્થિતિ અંગે વખતો વખત આપવામાં આવેલ પ્રતિક્રિયા જ એક વાસ્તવિક બાબત છે, જોકે આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિકોણથી આમ કહી શકાય નહી. વળી, આ પ્રતિક્રિયા વ્યક્તિના મનમાં ચાલતા વિષયવાસના સબંધી વિચારોને આધીન છે. તેથી, આ વિશ્વમાં કોઈ પણ વ્યક્તિ તેની પરિસ્થિતિ માટે અન્ય કોઈ વ્યક્તિને દોષ આપી શકે નહી. આ એક કડવું સત્ય છે જે દરેક વ્યક્તિએ સ્વીકારવું પડે છે. કોઈ પણ મનુષ્ય આ બાબતે અપવાદરૂપ નથી. આ અંગે કોઈ વ્યક્તિ કોઈ અન્ય વ્યક્તિને સહાય પણ કરી શક્તિ નથી

(સિવાયકે નિયતિ તેને આ માટે માધ્યમ બનાવવા ઈચ્છે), અને કોઈ વ્યક્તિને કોઈ અન્ય વ્યક્તિની મદદની જરૂર પણ નથી.

હું માનું છું કે હવે વાચકને આ બાહ્ય વિશ્વ એક માયાજાળ હોવાની વાત સમજાઈ ગઈ હશે. તેને વાસ્તવિકતા સાથે કોઈ જ સબંધ નથી. આપણી આસપાસના વિશ્વનું સર્જન અને અસ્તિત્વ વ્યક્તિના અંતરમન ઉપર નિર્ભર છે. મન તથા પાંચ ઇન્દ્રિયો નું તેની ઉપર ખુબ પ્રભાવ પડે છે. તેથી, આપણા મનમાં સંચિત વિચારો પાંચ ઇન્દ્રિયો દ્વારા બહાર નીકળે છે અને આમ વ્યક્તિગત કક્ષાએ એક કાલ્પનિક વિશ્વની રચના કરે છે.

જયારે વ્યક્તિ સ્વપ્નની સ્થિતિમાં સરી જાય છે, ત્યારે એક નવા વિશ્વનું સર્જન થાય છે. જયારે સ્વપન બદલાય છે, હજુ એક નવું વિશ્વ તેની નજર સામે આવે છે. જ્યાં સુધી વ્યક્તિ સ્વપનાવસ્થામાં હોય ત્યાં સુધી સ્વપ્નમાં દેખાતું વિશ્વ અસલ વિશ્વની જેમ તેને વાસ્તવિક હોવાનો અહેસાસ થાય છે. આ બંને વિશ્વની પ્રકૃતિ એક સરખી જ છે. જોકે, જયારે આપણે જાગૃત અવસ્થામાં હોઈએ, ત્યારે આપણે આ સ્વપ્નસૃષ્ટિને સ્વીકારતા નથી, અને તેને માત્ર એક શારીરિક અનુભવ માનીને આપણી સ્મૃતિમાંથી કાઢી નાખીએ છીએ.

જયારે વ્યક્તિ નિદ્રાવસ્થામાં હોય છે, ત્યારે તે પોતાના બાહ્ય વિશ્વનું વિસર્જન થયું હોય તેમ અનુભવે છે. વ્યક્તિ જયારે નિદ્રામાં હોય ત્યારે તેને કોઈ પણ વસ્તુના અસ્તિત્વ વિષે કંઈજ જાણકારી રહેતી નથી. જયારે તે નિદ્રાવસ્થામાં હોય ત્યારે તેનો અહમ પણ સંપૂર્ણપણે નાશ પામે છે. તેથી, વ્યક્તિને સ્વપ્નસૃષ્ટિના રૂપે કે બાહ્ય ભૌતિક વિશ્વના સ્વરૂપે કોઈ નવસર્જનનો અનુભવ થતો નથી. આ અવસ્થામાં તેને ‘હું’પણાનો કે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરથી પોતાની કોઈ અલગ ઓળખ હોવાનો અનુભવ થતો નથી.

વ્યક્તિ જયારે ફરીથી જાગૃત અવસ્થામાં પ્રવેશે, ત્યારે બાહ્ય વિશ્વ જાણે ફરીથી અસ્તિત્વમાં આવે છે. જોકે, આવી વ્યક્તિના જ્ઞાનના સ્તરમાં કોઈ ફરક પડતો નથી. વ્યક્તિ નિદ્રાધીન થતા પહેલા જે સંસારિક જ્ઞાન ધરાવે છે, તે જ જ્ઞાનની સ્મૃતિ જાગૃત અવસ્થામાં પણ તેની સાથે જ રહે છે.

તે જ રીતે, જયારે વ્યક્તિ સ્વપ્નાવસ્થામાંથી જાગૃત અવસ્થામાં પરત ફરે ત્યારે તેના મગજમાં સ્વપ્નસૃષ્ટિના સ્મરણો કોતરી ગયા હોય છે. જોકે, આપણે ધીમે ધીમે સ્વપ્નને ભૂલતા જઈએ છીએ, બિલકુલ એ જ રીતે જેમ આપણે સહુ આપણી જિંદગીના રોજીન્દા નિત્યક્રમને ભૂલતા જઈએ છીએ! આપણે આપણા પાછલા જન્મોને પણ આ જ કારણસર યાદ રાખી શકતા નથી. જેમ સમય વીતતો જાય છે આપણી સ્મૃતિ પણ ક્ષીણ થતી જાય છે. આ એક તદ્દન સામાન્ય બાબત છે.

આમ, દુન્યવી ભાષાઓમાં વ્યક્તિના આ ભ્રામક વિશ્વને જ

'જીવન' કહેવામાં આવે છે. તેથી, સર્વોચ્ચ આદિકાલીન ઉર્જા (જે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર અથવા વ્યક્તિના અંતરાત્મામાંથી ઉત્પન્ન થયેલ છે) ને જ વ્યક્તિગત અથવા સામુહિક કક્ષાએ સર્જન કહી શકાય. અહી, બ્રહ્માંડમાં ઉત્પન્ન થયેલ આદિકાલીન ઉર્જાના એક મહત્વના પાસા તરફ વાચકનું ધ્યાન ખેંચવા માગું છું. આ ઉર્જા અથવા શક્તિને આપણે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર અથવા આત્માથી અલગ કરી શકતા નથી.

મૂળભૂત રીતે, આપણું જીવન વ્યક્તિગત કક્ષાએ આ શક્તિના ભ્રામક સ્વરૂપનું પ્રાગટ્ય છે, જે દરેક પળે પરિવર્તિત થતું રહે છે. તેની સરખામણી ફિલ્મના પડદા ઉપર પડતા પ્રતિબિંબ સાથે કરી શકાય. જોકે, પ્રોજેક્ટર, બીમ, અને પડદો સામુહિક સ્તરે ઈશ્વરના સ્વરૂપે અને આપણો આત્મા વ્યક્તિગત સ્તરે આ સ્વરૂપમાં પ્રગટ થાય છે.

સંક્ષેપમાં, જયારે કોઈ યોગ્ય ગુરુ આદિકાલીન સર્વોચ્ચ શકિતને તેની સુષુપ્ત અવસ્થામાંથી સક્રિય બનાવે છે, ત્યારે આ શકિત અથવા ઉર્જા ધીમે ધીમે જેમાંથી તેનું સર્જન થયું છે તે મૂળ સ્ત્રોતમાં જ સમાઈ જાય છે. વ્યક્તિ લાંબા સમય સુધી યોગની સાધના કર્યા પછી સમાધિ અથવા વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિએ પહોચે છે. જીવન રૂપી પડદા અથવા મંચ ઉપર ભજવી રહેલ નાટક (અથવા વ્યક્તિગત કક્ષાએ કરવામાં આવેલ સર્જન) નો અંત આવે છે, અને આમ વ્યક્તિને સંપૂર્ણ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.

આ બળ મનુષ્યના શરીરમાં ચેતાતંત્ર અને કરોડરજ્જુ ના પાયામાં ગુદા અને જનનેન્દ્રિય ની વચ્ચે સ્થિત છે.

આ ઉર્જા એક તરફ તો મનુષ્ય જાતિની ની માનસિકતા ઉપર (સામુહિક સ્તરે) એક ભ્રાંતિનો જાળ પાથરે છે, જયારે બીજી તરફ આવો જ જાળ તે પ્રત્યેક વ્યક્તિની માનસિકતા ઉપર વ્યક્તિગત કક્ષાએ પણ પાથરે છે. સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર પોતાને આ બ્રહ્માંડના માલિક તરીકે જુએ છે, જે રીતે મનુષ્ય પોતાને તેના શરીરનો માલિક સમજે છે. કેટલાક સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં આદિકાલીન સર્વોચ્ચ ઉર્જાના મોહજાળ રૂપી બળના કારણે ઈશ્વર નો સંદર્ભ "બ્રહ્માંડના માલિક" તરીકે પણ ટાંકવામાં આવ્યો છે. આ જ કારણસર ઘણા સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં આ ઉર્જાનું "બ્રહ્માંડની ભવ્ય માયાજાળ" તરીકે વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. આ કારણે, હું બ્રહ્માંડની આ સર્વોચ્ચ માતાને વંદન કરીને તેનું વર્ણન નમ્ર ભાવે **"ઈશ્વરીય માર્ગની રહસ્યમય ઉર્જા શક્તિ"** તરીકે કરું છું.

મનુષ્ય મૂળભૂત રીતે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર અથવા બ્રહ્માંડની એક લઘુ આકારની પ્રતિકૃતિ માત્ર છે!

તેથી, આ બ્રહ્માંડ સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરની સર્વોચ્ચ અને સર્વોતમ સ્માર્ટ શક્તિનો પ્રયોગ કરીને ભજવવામાં આવતું એક નાટક માત્ર છે. આજ ઈશ્વર આ નાટક વારંવાર ભજવે છે!

આ જ કારણસર, દિવ્યતાની પ્રકૃતિને સમજવી અને આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી ખુબ અઘરું કાર્ય છે.

સૌથી પહેલા તો, આ ઉર્જા ઈશ્વરમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે અને બ્રહ્માંડનું સર્જન કરે છે. ત્યારબાદ, ઈશ્વર લોકોના સમુદાય રૂપે અવતાર ધારણ કરે છે. ત્યારબાદ, ઈશ્વરની આ સર્વોચ્ચ ઉર્જા બધા મનુષ્યોમાં તેમના વ્યક્તિગત વિશ્વોનું સર્જન કરે છે. આમ, આ તમામ કક્ષાએ થતું સર્જન સાથે મળીને એક જ વાસ્તવિક પરીસ્થીનો આભાસ ઉભો કરે છે, જે ખરેખર એક માયાજાળ છે. આ સર્વોચ્ચ ઉર્જા દેવતાઓના સમુદાયનું પણ સર્જન કરે છે અને તેમને આ વિશાળ અને અમર્યાદ બ્રહ્માંડના વિવિધ ક્ષેત્રોના નિયંત્રણની સોંપણી કરે છે. અંતે, આ સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય ઉર્જા (સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં ઉદ્ઘોષિત કર્યા પ્રમાણે) મણી દ્વીપ નામના સ્થળે પ્રસ્થાપિત થાય છે. આ સ્થાન વિશાળ બ્રહ્માંડની અસંખ્ય દુન્યવી સમુદાયોથી ઘણું દુર છે.

હવે, તમે આ ચર્ચાનો શું નિષ્કર્ષ કાઢશો?

આત્મજ્ઞાનને સમજવું અઘરું હોવા છતાં, સૈધાંતિક રીતે તેની અનુભૂતિ ગમે તે ક્ષણે થઇ શકે છે. આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિના પરિણામે આ સર્વોચ્ચ અને ઉત્તમ સ્માર્ટ ઉર્જા વિષે આપણને પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન મળે છે.

આ ઉર્જા આકાશ છે. આ ઉર્જા સમય છે. આ ઉર્જા જીવન જીવવા માટેનું બળ છે. આ ઉર્જા સંપૂર્ણ જ્ઞાન છે અને સંપૂર્ણ આત્મા છે. આ ઉર્જા જ આપણી બુદ્ધિ છે. અને, આ ઉર્જા જ આપણું અહં છે. આ ઉર્જા પ્રેમ છે. આ ઉર્જા મારી નમ્રતા છે. આ ઉર્જા શક્તિ મારો શ્વાસ છે.

@shehnusarnamu

હું આ ઉર્જા શક્તિને વંદન કરું છું!

આ ઉર્જા રહસ્યમય છે. અને, આ ઉર્જા શાશ્વત છે.

અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે, આ ઉર્જા મનુષ્યના શરીરમાં ચેતાતંત્ર અને કરોડરજ્જુ ના પાયામાં ગુદા અને જનનેન્દ્રિય ની વચ્ચે સ્થિત છે.

આ ઉર્જા જયારે એક યોગ્ય ગુરુ દ્વારા જાગૃત કરવામાં આવે ત્યારે તે વ્યક્તિને આત્મજ્ઞાનની અનુભૂતિ કરાવે છે. માણસના મનનું સંગમ વ્યક્તિના ચેતાતંત્ર સાથે થતા જ દિવ્યતા પ્રગટ થાય છે જે મનુષ્યના મનને ઉચી કક્ષાએ લઇ જાય છે.

આ ઉર્જા દ્વારા મનુષ્યને અમરત્વ તરફ લઇ જવાની ક્રિયાને યોગ કહેવામાં આવે છે.

શક્તિપાત

શક્તિપાતનો શાબ્દિક અર્થ “ઉર્જાનું નીચે તરફ ઢોળાવું” થાય છે. આ પદ્ધતિનો ઉપયોગ મુખ્યત્વે શક્તિપાત માર્ગ ના સાધુઓ દ્વારા સુષુપ્ત ઉર્જાને સક્રિય બનાવવા માટે કરવામાં આવે છે.

શકિતપાત કોણ કરાવી શકે?

અને શક્તિપાતની ક્રિયા કોની ઉપર કરી શકાય?

શક્તિપાત કરવામાં આવે તો તેના શું પરિણામ નીકળી શકે?

આ પ્રશ્નો વિષે હું વિગતવાર ચર્ચા કરવા માગું છું જેથી સામાન્ય વાચકને આનો લાભ મળી શકે. સિદ્ધ ગુરુ દ્વારા જે શિષ્ય તેમને યોગ્ય લાગ તેવા શિષ્યને શક્તિપાતની દીક્ષા આપવામાં આવે છે.

જો કે કોઈ ગુરુને શક્તિપાતની દીક્ષા આપવા માટે ફરજ પડી શકાય નહી. કારણકે ગુરુ સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ નું મનુષ્ય અવતાર ધારણ કરીને પ્રગટ થયેલ સ્વરૂપ છે જેમણે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું છે.. આથી, જો તેમને ફરજ પાડવામાં આવે તો પણ તેનાથી કોઈ લાભ થતો નથી.

હું આ વિષય અંગે અહી થોડી વધુ ચર્ચા કરવા માગું છું.

ગુરુ મનુષ્ય સ્વરૂપમાં (આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને) આપણી સમક્ષ હાજર થાય છે કારણકે તેઓ આ પૃથ્વી ઉપર દિવ્યતાનો પ્રકાશ ફેલાવવાના માધ્યમ તરીકે જન્મ લે છે. ગુરુની પ્રાપ્તિ થવી એ ખરેખર તો પ્રકૃતિ તરફથી મનુષ્ય જાતિને તેના મોક્ષની પ્રાપ્તિ માટે મળેલ ભેટ છે. જોકે, તકનીકી કારણોસર ગુરુએ યોગના સિદ્ધાંતોનું પાલન કરવું જરૂરી છે જેથી તેઓ મનુષ્ય સ્વરૂપમાં પ્રગટ થઇ શકે. આવી પરિસ્થિતિમાં જો કોઈ ગુરુને શક્તિપાતની દીક્ષા માટે ફરજ પાડવા માંગે તો સરોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ દ્વારા તેની મંજુરી આપવામાં આવશે નહી. વધુમાં, યોગ વિશેના તમામ ગ્રંથો એકમતે જણાવે છે કે એક સિદ્ધ ગુરુને અમુક વિશેષાધિકાર પ્રાપ્ત થયેલ છે.

ગુરુને પ્રાપ્ત વિશેષાધિકારો વિષેની મારી વાત વાંચીને વાચકોને કદાચ આશ્ચર્ય થશે.

યોગના ગ્રંથો અનુસાર, ગુરુ કોઈ પણ વ્યક્તિને સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરના કોપ થી પણ રક્ષણ આપી શકે છે. ઈશ્વરે આ વિશેષાધિકાર સિદ્ધ ગુરુને બહુ પ્રાચીન સમયથી આપી રાખ્યો છે.

જોકે, ગુરુના કોપથી કોઈ પણ વ્યક્તિને સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ અથવા સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર પણ બચાવી શકતા નથી. કારણકે ગુરુને આ વિશેષાધિકાર

અત્યંત પ્રાચીન સમયથી ઈશ્વર દ્વારા આપવામાં આવ્યું છે.

ઈશ્વરને આપણે છેતરી શકતા નથી કારણકે તેનું શાશ્વત અસ્તિત્વ બ્રહ્માંડનું એકમાત્ર શાશ્વત સત્ય છે. અહી કોઈ પણ વ્યક્તિની હોશિયારી કે અહં કોઈ કામમાં આવતા નથી. જોકે, વ્યક્તિ તેનો અહં જતો કરે તો તેના માટે આત્મનિર્ણય નો માર્ગ પણ ખુલ્લો છે. પરંતુ જો અહં વચ્ચે આવી જાય તો આત્મ નિર્ણય એક ભ્રાંતિ જ બની રહે છે.

તેથી, ગુરુ જેને આશીર્વાદ આપવા માંગે (અથવા ઈશ્વર જેને આશીર્વાદ આપવાની પ્રેરણા ગુરુને આપે) તેને શક્તિપાતની દીક્ષા આપે જ છે. અહી, ગુરુ તો સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરના માધ્યમ તરીકે જ આ દીક્ષા આપે છે. ખરેખર તો ગુરુ પોતાની ઉર્જા તેના શિષ્યના શરીરમાં તબદીલ કરે છે અને આમ કરીને તેઓ સુષુપ્ત સર્વોચ્ચ બળને છંછેડે છે. આ સ્થિતિને ઈશ્વરનું મનુષ્ય સ્વરૂપમાં પ્રગટ થવું જ કહી શકાય.

હવે, સર્વશક્તિમાનના સર્જનને ઈશ્વર પોતે જ પૂર્વવત સ્થિતિમાં લાવે છે. વ્યક્તિ ઈશ્વરને પોતે ઈચ્છે તે દુન્યવી નામથી બોલાવી શકે. અમુક ધર્મોમાં ઈશ્વરની આરાધના પુરુષ સ્વરૂપમાં, એટલે કે પિતા કે પ્રેમીના સ્વરૂપમાં કરવામાં આવે છે. અમુક ધાર્મિક પરંપરા મુજબ ઈશ્વરને સ્ત્રીના સ્વરૂપે માતા તરીકે પૂજવામાં આવે છે. આ વિષે આધુનિક વૈજ્ઞાનિકો શું વિચારે છે તે હું જાણતો નથી! તેઓ કદાચ દિવ્યતાને ચૈતન્ય વિનાની ઉર્જા તરીકે પણ ઓળખતા હોય!

@shehnusarnamu

તેથી, જયારે ગુરુ આ અનાદીકાલીન બળ અંગે હસ્તક્ષેપ કરે, એટલે કે તે કોઈ યોગ્ય વ્યક્તિને શક્તિપાતની દીક્ષા આપે ત્યારે સિધ્ધ ગુરુ દ્વારા ચાર રીતે શક્તિપાત આપવામાં આવે છે: શારીરિક સ્પર્શથી, દ્રષ્ટિથી, દિવ્ય મંત્ર અને દ્રઢ સંકલ્પથી.

હવે, આ દીક્ષા કોને આપી શકાય તે વિષે હું ચર્ચા કરવા માગું છું.

શું દરેક મનુષ્ય આ દિવ્ય કૃપા મેળવવાની સ્થિતિમાં છે? મારો જવાબ છે: હા.

અહી ધર્મ, વર્ણ, કે પંથનો કોઈ જ મહત્વ નથી. પરમાત્મા તેની કૃપા ગમે તે વ્યક્તિ ઉપર ગમે તે ઘડીએ વરસાવી શકે છે. આ હકીકત સાથે સંમત થવા માટે સાદો દુન્યવી તર્ક પણ પુરતો જ છે.

તો પછી, પરમાત્મા આ કૃપા બધા લોકો ઉપર કેમ વરસાવતા નથી અને તેઓ બધાને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી મુક્ત કેમ કરતા નથી?

અને સૌથી મહત્વની વાત, પરમાત્માએ આવું કેમ કરવાની શું જરૂર છે?

ઈશ્વર મનુષ્યના સ્વરૂપે પોતાના આત્મનિર્ણય અનુસાર અવતાર લીધો છે. તો પછી મનુષ્ય ઈશ્વરની સામે પોતાનો આત્મનિર્ણય કરે અથવા દ્રઢ સંકલ્પ કરે તેનો પ્રશ્ન જ ક્યાં ઉપસ્થિત થાય છે?

શું મનુષ્યનું ઈશ્વરથી સ્વતંત્ર કોઈ અસ્તિત્વ છે?

આ એક મૂળભૂત પ્રશ્ન છે, જેનું સમાધાન મનુષ્યે શોધવાનું છે.

તેથી, જયારે તમે તમારા મનોરંજન માટે કોઈ રમકડાનું સર્જન કરો અને તે રમકડા સાથે રમો, ત્યારે રમકડા પાસે તમને પ્રશ્ન કરવાનો કોઈ અધિકાર નથી. બીજા શબ્દોમા, તમારું અને રમકડાનું અસ્તિત્વ એકસરખું જ છે. તમારા વિના રમકડાનું કોઈ અસ્તિત્વ નથી. જોકે, આ રમકડાને પોતાની ખરી ક્ષમતા સમજી શકવાના આશીર્વાદ આપવામાં આવ્યા છે. આ જ આશીર્વાદને આપણે આત્મજ્ઞાન કહીએ છીએ.

આજ રીતે સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિએ મનુષ્યનું સર્જન કર્યું છે – માત્ર દિવ્ય મનોરંજન મેળવવા માટેના એક રમકડા તરીકે! તો પછી મનુષ્યરૂપી રમકડાએ આત્મનિર્ણય કરવાનો પ્રશ્ન જ ક્યાં ઉપસ્થિત થાય છે?

એક વાર મનુષ્ય જો પોતાના અહં થી મુક્ત થઇ જાય, તો તે આત્મનિરીક્ષણ કરવાની ક્ષમતા આપોઆપ મેળવે છે. આ જ સ્થિતિ છે જયારે તે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે. આત્મનિર્ણય અને દ્રઢ સંકલ્પની શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે અહં નો ત્યાગ કરવો જરૂરી છે.

દરેક મનુષ્ય ઈશ્વરનો અવતાર છે. પ્રત્યેક મનુષ્યના અંતરમાં દિવ્યતાનો વાસ છે. આ કારણસર દિવ્યતા મનુષ્યના મનને પ્રકાશિત કરવા માંગે છે પરંતુ અહી તેનો અહં વચ્ચે આવી જાય છે!

આ એક મહત્વનો મુદ્દો છે જેની સમજ મેળવવી જરૂરી છે.

ઘણા લોકો આત્મનિર્ણયને ખુબ શક્તિશાળી સમજવાની ભૂલ કરી બેસે છે અને સમગ્ર મનુષ્ય જાતિ તેમના અહંના કારણે ક્ષુલ્લક સંસારિક લાભ મેળવવા માટે પોતે આત્મનિર્ણય કરવા માટે ઉત્સુક રહે છે.

આત્મનિર્ણય ની સ્થિતિ વાસ્તવમાં અસ્તિત્વ ધરાવે છે કે તે ભ્રામક છે નહિ તેની કોઈ ચકાસણી કરતું નથી. આ ઉપરાંત, કોઈ પણ મનુષ્ય આત્મનિર્ણય કરવાની ભ્રામક સ્વતંત્રતા જતી કરવા માંગતો નથી. આત્મનિર્ણય અને દ્રઢ સંકલ્પ દ્વારા સંપૂર્ણ સત્યની પ્રાપ્તિ કરી શકાય, પરંતુ તેના માટે એક જ શરત છે : અહંનો ત્યાગ. જ્યાં સુધી અહંનો ત્યાગ કરવામાં આવે ત્યાં સુધી આત્મનિર્ણય એક ભ્રમ માત્ર છે.

આ કારણસર, ઈશ્વર બધા લોકો ઉપર આ કૃપા કેમ વરસાવતો નથી એવો પ્રશ્ન મનુષ્ય ઈશ્વરને કરી શકે નહી. આ જ કારણસર ગુરુને કોઈને દીક્ષા આપવા માટે ફરજ પાડી શકાય નહી.

મને આશા છે કે મેં ઉપર ફકરાઓમાં લખેલ વાત વાચકને કંઈક અંશે સમજી હશે.

અનેક સંસ્કૃત ગ્રંથો પ્રમાણે, જયારે વિદ્યાર્થી વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવા

માટે તૈયાર હોય, ત્યારે ગુરુ અથવા ઈશ્વર તરત જ પ્રગટ થાય છે. આ એક પ્રાકૃતિક સિદ્ધાંત છે.

આ મુદ્દા અંગે કોઈ તાર્કિક ખુલાસો કરવો શક્ય નથી. તમે આ સિદ્ધાંતનો કાં તો સ્વીકાર કરો, અથવા અસ્વીકાર કરો.

આ એક ઉકેલાઈ ગયેલા મુદ્દા અંગે હું વધુ સમય બગાડવા માંગતો નથી. મનુષ્ય પોતાના અહંકારને વશ થઈને પોતે આત્મ નિર્ણય કરવા સદાય તત્પર હોય છે.

હવે, હું એક વ્યક્તિમાં ઈશ્વર પ્રત્યે વિશ્વાસની સ્થતિ ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માંગું છું. વિશ્વમાં એવી ઘણી વસ્તુઓ કે વાતો છે જેના વિષે આપણે મજબુત ધારણાઓ બાંધી લીધી છે. આપણે માનીએ છીએ કે પાણી થી આપણી તરસ મટી જશે. આપણે માનીએ છીએ કે ભોજન લેવાથી આપણી ભૂખ પણ મટી જશે. આપણે માનીએ છીએ કે અગ્નિ આપણને ઉષ્મા આપશે, વિગેરે. આ વિશ્વાસ આપણે ક્યારેક અનુભવ દ્વારા તો ક્યારેક અંતઃપ્રેરણા દ્વારા મેળવીએ છીએ. આ વિશ્વાસ જ આપણા જીવનનો મૂળ આધાર છે, પછી તે તાર્કિક જણાય કે અતાર્કિક. ઘણા બધા પ્રસંગોએ આપણે વિશ્વાસ ની ચકાસણી પ્રયોગો દ્વારા કરી શકતા નથી. ઉદાહરણ રૂપે, એક બાળકનો તેની માતા પ્રત્યે વિશ્વાસ, અથવા એક સૈનિક યુદ્ધ મેદાનમાં ઉતરતા પહેલા યુદ્ધમાં વિજય પ્રાપ્ત કરવાનો વિશ્વાસ.

@snehmusarnamu

સામાન્ય રીતે, કોઈ પણ વ્યક્તિ તેના મનની સ્થિતિ પ્રમાણે શક્તિપાતની દીક્ષા લેવા માટે યોગ્ય ગણાય છે. જો વ્યક્તિ સર્વોચ્ચ દિવ્યતામાં પૂર્ણ વિશ્વાસ ધરાવતી હોય તો તેને શક્તિપાતની દીક્ષા આપી શકાય છે.

હું આ વિષય અંગે થોડીક વધુ ચર્ચા કરવા માગું છું.

યોગ વિશેના ગ્રંથો મુજબ, પ્રત્યેક મનુષ્યનું મન ત્રણ ગુણોના મિશ્રણનું બનેલું હોય છે. આ ત્રણ ગુણો આ પ્રમાણે છેઃ રાજસિક, તામસિક, અને સાત્વિક. આ ત્રણ ગુણોને ત્રણ પ્રકૃતિ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

રાજસિક પ્રકૃતિની વ્યક્તિ પ્રમાણમાં ગતિશીલ હોય છે, તામસિક પ્રકૃતિની વ્યક્તિ આળસુ હોય છે જયારે સાત્વિક પ્રકૃતિ ની વ્યક્તિ સંતુલિત સ્વભાવ ધરાવે છે.

સર્જનની તમામ પ્રક્રિયા રાજસિક છે, જયારે વિસર્જનની પ્રક્રિયા તામસિક છે. આ બે અંતિમો વચ્ચે જીવન નિર્વાહની તમામ ક્રિયા સાત્વિક પ્રકૃતિની છે.

દરેક મન પોતાની આગવી રીતે વર્તન કરે છે અને તેમાં આ ત્રણે પ્રકૃતિ અથવા ગુણોની વધુ અથવા ઓછા અંશે અસર જોવા મળે છે.

વધુમાં, મનુષ્યના મનની અંદર આ રચના સતત પરિવર્તન પામતી રહે છે અને તેમાં મનુષ્યના વિચારો અને લાગણીઓ મુજબ સુધારા વધારા થતા

રહે છે.

જયારે વ્યક્તિમાં આ ત્રણેય ગુણોનું સંતુલન જળવાય છે, ત્યારે વ્યક્તિ બ્રહ્માંડીય ઉર્જાના બંધનમાંથી મુક્ત થાય છે. ત્યારબાદ વ્યક્તિ મનની શાંતિ અથવા વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિએ પહોચે છે!

સૈધાંતિક રીતે, આ તબક્કે વ્યક્તિ આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરે છે.

સામાન્ય મનુષ્યના કિસ્સામાં, તેના રોજીંદા જીવનમાં આવું સંતુલન ઘણા પ્રસંગોએ સર્જાય છે. જોકે, આ સંતુલન લાંબા સમય સુધી જળવાતું નથી તેમજ મનુષ્યને તે અંગે કશી જાણ પણ થતી નથી. જે રીતે એક ગરીબ વ્યક્તિ રત્ન ને તરત જો ઓળખી શક્તિ નથી, તે જ રીતે દરેક વ્યક્તિ તેને આકસ્મિક રીતે થયેલ આત્મજ્ઞાન વિષે જાણકારી મેળવી શકતી નથી.

હવે હું મનુષ્યની ત્રણ પ્રકારની પ્રકૃતિ વિષે વધુ ચર્ચા કરવા માગું છું.

નિયમિત અને ધાર્મિક પ્રવૃત્તિ અથવા સતત યોગ સાધના દ્વારા, મનુષ્યનું મન ધીમે ધીમે સંતુલનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરે છે. જોકે, આ સ્થિત હજુ સ્થિર કક્ષાએ પહોચી નથી. મનુષ્યનું મન હજુ પણ ખુબજ અવ્યવસ્થિત અને વિચલિત રહે છે.

મનની આ અવ્યવસ્થિત સ્થિતિ મનુષ્ય દ્વારા તેના રોજ બરોજની પ્રવૃતિઓ દ્વારા પ્રગટ થયા કરે છે.

શું વાચક આવા મનુષ્યના ચરિત્ર વિષે અનુમાન બાંધી શકે છે?

દરેક સારું કાર્ય કરતી વખતે આવી વ્યક્તિ કંઈક ખરાબ કાર્ય પણ કરતો રહે છે. આમ, તેને થનાર લાભ અને હાનિ સરભર થયા કરે છે. તેણે આચરેલ દરેક પાપ સામે તેણે કરેલ પુણ્ય કાર્યનું ફળ સંચિત થતું રહે છે. આમ, આ વ્યક્તિ એકજ સમયે સંત અને પાપી નું ચરિત્ર ધરાવનાર મનુષ્ય બને છે. બીજા શબ્દોમાં, આવી વ્યક્તિનું પતન થતું નથી પણ સાથે જ તે સાચો માર્ગ પણ ગ્રહણ કરતી નથી. કોઈક રીતે આવી વ્યક્તિ સંતુલનની પ્રાપ્તિ માટે સતત સંઘર્ષ કરતી રહે છે પણ આ સ્થિતિ તેનાથી દૂર ભાગતી રહે છે.

આ પ્રકારની વ્યક્તિ કોઈક રીતે એવી પરિસ્થિતિમાં જીવન વ્યતીત કરે છે જેથી તે પરમાત્માને દિવ્ય આનંદ માટે યોગ્ય લાગતી નથી.

તે બાળકની જેમ રિસાઈ જાય છે અને બેજવાબદાર વર્તન કરવા લાગે છે.

વ્યક્તિનું દિવ્ય શક્તિમાં આ પ્રકારનો વિશ્વાસ તેને શક્તિપાતની દીક્ષા આપવા માટે જરૂરી છે.

આ તબક્કે સાધકની સામે ગુરુ અથવા દિવ્યતા પ્રગટ થાય છે.

આ વ્યક્તિમાં કુંડલિની ઉર્જા સક્રિય થાય છે.

હવે પ્રશ્ન થાય છે કે શક્તિપાતની દીક્ષા કેવી રીતે આપી શકાય ?

આ દીક્ષા લોક પ્રચલિત પદ્ધતિઓ દ્વારા આપવામાં આવે છે, જેનો ખુલાસો મારા શ્રદ્ધેય ગુરુજીએ કર્યો છે. આ દીક્ષા શારીરિક સ્પર્શથી, દ્રષ્ટિથી, દિવ્ય મંત્ર અને દૃઢ સંકલ્પ દ્વારા આપવામાં આવે છે. જરૂર પડયેથી ઉપરોક્ત પદ્ધતિ પૈકી એક અથવા વધુ પદ્ધતિઓના મિશ્રણ દ્વારા પણ આ દીક્ષા આપવામાં આવે છે.

શક્તિપાત પંથનો સંક્ષિપ્ત ઈતિહાસ

ભારતમાં ખુબજ પ્રાચીન સમય થી અને ગુપ્ત રૂપે, શક્તિપાત પંથ અસ્તિત્વમાં છે.

સંસ્કૃત ગ્રંથ ‘યોગ વસિષ્ઠ’ માં કરવામાં આવેલ વર્ણન અનુસાર ભગવાન શ્રી રામને તેમના ગુરુ વસિષ્ઠ ઋષિએ શક્તિપાતની દીક્ષા આપી હતી. ભગવાન શ્રી રામ ભારતના એક પ્રાચીન રાજવંશમાં જન્મેલ એક રાજકુમાર હતા અને તેમને ઈશ્વરનાં અવતાર સ્વરૂપે સ્વીકારવામાં આવે છે. આ પંથ મોટાભાગના લોકોની જાણ બહાર પ્રાચીન સમયથી જ અસ્તિત્વમાં રહ્યું છે. કદાચ આ પંથ ભગવાન શ્રી રામના અવતરણ પહેલાના સમય થી જ અસ્તિત્વમાં છે.

વાચકોને આ પુસ્તકમાં હવે પછીના પ્રકરણો વાંચતા આ પંથ ગુપ્ત રહેવા પાછળના કારણોની ઝાંખી થશે.

એક લોકવાયકા અનુસાર, દર છસો વર્ષના અંતરે આ પંથ વારાફરતી ગુપ્ત અને પ્રગટ અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

આ પ્રણાલી હેઠળ દીક્ષા આપનાર ગુરુઓ પૈકી જમ્મુ અને કાશ્મીર રાજ્યના શ્રીનગર શહેર પાસે આવેલ ગામ પદમનપુરા ગામમાં નિવાસ કરતા યોગીની સાધ્વી લલ્લા નું નામ જાણીતું છે. તેઓ લાલ દેદ અને લલ્લેશ્વરી નામથી પણ ઓળખાતા હતા. ઉક્ત ગામ હાલમાં પમ્પોર નામે જાણીતું છે અને તે શ્રીનગર શહરનું એક ભાગ બની ગયું છે.

@snehhusarnamu

આ મહાન યોગીની શહેરની આસપાસ ફાટેલા વસ્ત્રો પહેરીને ભ્રમણ કરતા હતા. વાચકો આ મહાન યોગીની વિષે ઈન્ટરનેટ એટલે કે વર્લ્ડ વાઈડ વેબ ઉપર માહિતી મેળવી શકે છે. આધુનિક સમયમાં તેઓ લાલ દેદ તરીકે પણ જાણીતા છે.

જોકે, આ પવિત્ર યોગીનીના શક્તિપાત સાથેના સંબંધ વિષેની જાણકારી માત્ર આ પંથ સાથે સંકળાયેલા લોકો પાસે જ છે.

તેમના સમય પછીના છસો વર્ષ દરમ્યાન શક્તિપાત પંથની શું પરિસ્થિતિ હતી તે વિષે કોઈ જાણકારી ઉપલબ્ધ નથી. આ લાંબા સમયગાળા વિષે માત્ર ત્રણ યોગીઓ વિષે જ થોડીક માહિતી ઉપલબ્ધ છે જેમણે આ સમય દરમ્યાન શક્તિપાતની સાધના કરી હતી – સ્વામી પરમાનંદ, ત્રિલોકી બાબા, અને સ્વામી મુકુન્દાનંદ. આ મહાન યોગીઓ વિષે કોઈ ખાસ માહિતી ઉપલબ્ધ નહિ હોવાથી તેમના વિષે હું વધુ કંઈ પણ લખવા અસમર્થ છું.

હું વાચકને સ્મરણ કરાવવા માગું છું કે હું યોગીઓ વિષે લખી રહ્યો છું.

યોગીઓ ધાર્મિક વિદ્વાનોથી ભિન્ન છે. યોગીઓ અન્ય સંત અને સ્વામીઓ જેવા પણ નથી જેઓ મોટી સંસ્થાઓ ચલાવે છે. યોગીઓનો પોતાનો એક વિશિષ્ટ વર્ગ છે. પ્રાચીન સંસ્કૃત ગ્રંથો અનુસાર તેઓ ઈશ્વર અને દેવતાઓ કરતા પણ મહાન છે. તેઓ ઈશ્વરનું સૌથી પવિત્ર મનુષ્ય સ્વરૂપ છે. તેમની આધ્યાત્મિક શક્તિની સરખામણી કોઈ વસ્તુ સાથે થઇ શકે નહિ. ખરેખર, જો તેઓ ઈચ્છે તો, પોતાની વિરાટ શક્તિનો પ્રયોગ કરીને પોતાના એક અલગ વિશ્વની રચના કરી શકે છે. પરિણામે, ક્ષુલ્લક સાંસારિક અને ભૌતિક વસ્તુઓનું તેમના માટે કોઈ મહત્વ નથી. આટલું જણાવ્યા પછી હું આશા રાખું છું કે વાચકને આ યોગીઓની ક્ષમતા વિષે ખાતરી થઇ હશે.

તાજેતરના સમયમાં શક્તિપાતના પંથને પ્રસિદ્ધિ મળવાનું કારણ મહાન યોગી સ્વામી ગંગાધર તીર્થ છે. તેઓ ઓડીશા રાજ્યના આધુનિક શહેર પૂરી માં એકસો વર્ષથી વધુ સમય પહેલા રહેતા હતા. એમ કહેવાય છે કે તેમણે તેમના શિષ્યો પૈકી માત્ર એક શિષ્યને જ સિધ્ધ મહા યોગની દીક્ષા આપી હતી.

સ્વામી નારાયણ દેવ તીર્થ એક માત્ર સાધક હતા જેમણે આ યોગ પ્રણાલીની દીક્ષા મેળવી હતી. આ મહાન યોગીનું જન્મ હાલમાં બાંગ્લાદેશના ભાગ એવા એક સ્થળે થયો હતો. આ શ્રદ્ધેય યોગીએ ત્યારબાદ આ વંશની ત્રીજી પેઢીને દીક્ષા આપી હતી.

ત્રીજી પેઢીના યોગીઓએ ત્યાર પછી ચોથી પેઢીના સાધકોને દીક્ષા આપી હતી અને આ રીતે તેમણે પોતાના વંશની પણ શરૂઆત કરી હતી.

આ પુસ્તકના અંતભાગમાં જે સાધુઓ વિષે હું માહિતી મેળવી શક્યો તેમનો એક સંક્ષેપ વંશવેલા અને આ પંથના વિવિધ આશ્રમો વિષે માહિતી આપી છે.

જોકે, આ પુસ્તકમાં આ સાધુઓના સમગ્ર વંશવેલા વિષે લખવાનું શક્ય નહિ હોવાથી, હવે પછીના પ્રકરણોમાં મેં એક ખાસ વંશ – યોગાનંદ નામના યોગીની પરંપરા વિષે જાણકારી આપવા પ્રયત્ન કર્યો છે. આ યોગી ત્રીજી પેઢીના સાધક હતા. તેમનો જન્મ ગુજરાત રાજ્યના જુનાગઢમાં થયો હતો. આ શ્રધ્ધેય યોગીશ્વરે કેટલાય સાધકોને સિધ્ધ મહા યોગની દીક્ષા આપી હતી. જોકે, આ મહાન યોગીશ્વર દ્વારા દીક્ષિત બનેલ તમામ સાધુઓ વિષે માહિતી આપવી શક્ય નહિ હોવાથી મેં આ સાધકો પૈકી એક યોગી, સ્વામી વિષ્ણુ તીર્થ ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે. આ સ્વામી ચોથી પેઢીના સાધક છે.

જોકે, સાધુઓની આ ચોથી પેઢી વિષે વધુ જણાવતા પહેલા, હું ત્રીજી પેઢીના સાધુ યોગાનંદ વિષે કંઇક કહેવા માગું છું. તેમણે તેમના અન્ય સાધકોની જેમ ભગવા વસ્ત્રો પહેરવા અંને સંસારનો ત્યાગ કરવાનો ઈન્કાર કર્યો હતો. અહીં, હું આ પ્રકારના જીવન નિર્વાહ વિષે હું વધુ વિગતે ચર્ચા કરવા માગું છું.

યોગીઓ બે પ્રકારના હોય છે.

તેમાંના મોટાભાગના યોગીઓ સંસારી જીવનનો ત્યાગ કરે છે, ભગવા વસ્ત્રો ધારણ કરે છે, અને સમાજથી દૂર વન્ય વિસ્તારોમાં જઈને વસે છે. તેઓ તેમનું ધ્યાન તેમના મનને ચાલતા વિષયાસક્ત વિચારોથી મુક્ત કરવા ઉપર કેન્દ્રિત કરે છે અને સમાધિ અવસ્થા, એટલે કે, વિચારશૂન્યતા પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

તેમનો સન્યાસ અને યોગસાધનાના કારણે શક્તિશાળી સ્પંદનો સર્જાય છે જેની વિશ્વની ઉપર હકારાત્મક અને લાભદાયી અસર થાય છે. આ સ્પંદનોના કારણે મનુષ્ય જાતિ, પ્રાણીઓ અને સમગ્ર વાતાવરણમાં શાંતિ પ્રસરે છે અને ભાઈચારાનું સર્જન થાય છે. ટૂંકમાં, તેમની યોગ સાધનાના પરિણામે વિશ્વ માટે ગૂઢ અને અમૂર્ત રીતે લાભદાયી છે.

તેઓ બાહ્ય વિશ્વનો ત્યાગ કરવામાં અને તેમના અંતરમન ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં સફળ થયા છે. તેઓ તેમના મનને વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિએ પહોચાડવા માટે સંઘર્ષ કરતા રહે છે, જે બધીજ યોગ પ્રણાલીનો અંતિમ ઉદ્દેશ્ય છે.

જોકે, અમુક યોગીઓ સંસારિક જીવન પ્રત્યેના આકર્ષણ અને તેમના મનમાં દ્રઢ સંકલ્પના અભાવના કારને આ સંઘર્ષમાં નિષ્ફળ નીવડયા છે. પરિણામે, તેમને પોતાની રોજીંદી જીવનચર્યા માં પાછા ફરવું પડયુ હતું અને આમ, તેમણે સ્વયમને આધ્યાત્મિક રીતે હાનિ પહોચાડી હતી.

પથભ્રષ્ટ યોગી તાત્કાલિક રીતે યોગ ટેકનીક અથવા ધાર્મિક વિધિના રૂપમાં કોઈ ઉકેલ શોધી શકે તેમ નથી. જો આપણે પ્રાચીન સંસ્કૃત ગ્રંથોનો પણ પ્રમાણભૂત સંદર્ભ લઈએ, તો એવો નિષ્કર્ષ નીકળે છે કે એક પથભ્રષ્ટ યોગીને તેની યોગ સાધના ના માર્ગ પર ફરીથી પહોચતા લાંબો સમય લાગી જાય છે.

આ ભયના કારને કેટલાક યોગીઓ સમાજની વચ્ચે રહીને જ યોગ સાધના કરે છે. આમ કરવાથી તેમને કદાચ માનસિક રીતે રાહત મળતી હશે કારણકે તેમને યોગ માર્ગથી પથભ્રષ્ટ થવાનો ડર સતાવતો નથી.

જોકે, આ પ્રશ્નનો ઉત્તર દરેક વ્યક્તિ પોત પોતાની રીતે આપી શકે છે.

પહેલા માર્ગમાં, યોગી પોતાના નબળા મન અને દ્રઢ સંકલ્પના અભાવ ના કારણે પથભ્રષ્ટ થાય છે, જેના પરિણામે તે સંસારિક વસ્તુઓ પ્રત્યે આકર્ષાય છે. જોકે, જે સમયે તેમણે બાહ્ય વિશ્વનો ત્યાગ કરી ભગવા વસ્ત્રો ગ્રહણ કર્યા અને સમાજના મુખ્યપ્રવાહથી દૂર રહેવાનો નિશ્ચય કર્યો, તે સમયે તેમણે યોગ્ય તકનો ઉપયોગ કર્યો હતો તેમ કહી શકાય. પરિણામે, તેમના માટે યોગ સાધનાના માર્ગે અગ્રસર થવું પ્રમાણમાં સરળ કાર્ય હોવું જોઈએ.

બીજા માર્ગમાં, યોગી સમાજના મુખ્ય પ્રવાહથી પોતાને અલગ કરવાનો ઈન્કાર કરે છે. જોકે, અહી તેણે એક ખુબજ મોટા પડકારનો સામનો કરવાનો છે, કારણકે અહીં તેણે પોતાની જાત સંસારિક આકર્ષણોને વશ ન થાય તેનો ખ્યાલ

રાખવાનો છે. પરંતુ, આ માર્ગમાં યોગીને લાભ એ વાતનો છે કે તે પોતે ભૂતકાળમાં કરેલા તમામ સારા અને નરસાં કર્મોનું ફળ પ્રત્યક્ષ રીતે પોતાની જાતને કર્મો સાથે ભાવનાત્મક રીતે જોડયા વિના જ ભોગવે છે.

પ્રથમ માર્ગમાં, જ્યાં યોગી સમાજના મુખ્ય પ્રવાહથી દૂર એકાંતવાસમાં જીવે છે, તે પોતાના કર્મોનાં ફળમાંથી માત્ર યોગ સાધનાના દ્વારા જ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જોકે, એક યોગી સમાજની વચ્ચે રહીને પણ જો પોતાના કર્મોના ફળ ભોગવતો હોય, તો પણ તે ખરા અર્થમાં એક યોગ સાધક જ છે. તેથી, જ્યાં સુધી યોગ સાધનાનો પ્રશ્ન છે, યોગી સમાજના મુખ્ય પ્રવાહમાં રહે કે મુખ્ય પ્રવાહથી દુર રહે તેનું કોઈ ખાસ મહત્વ નથી. હકીકતે, તેના મનની સ્થિતિ જ મહત્વની છે. આ માટે તેને ઉપયોગમાં લીધેલ સાધનોનું મહત્વ નથી.

તેથી જ, મેં અગાઉ કહ્યું છે કે આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપણે આ મુદ્દાને કઈ દ્રષ્ટીએ જોઈએ છીએ તેની ઉપર નિર્ભર છે.

આ બંને પદ્ધાતીઓના પોતપોતાના લાભ અને ગેરલાભ છે. તેથી, ખરેખર કોઈ વ્યક્તિ આ બંને પદ્ધતિઓ પૈકી કઈ પદ્ધતિ યોગ સાધના માટે વધુ સારી પદ્ધતિ છે તે અંગે ખાતરીપૂર્વક કહી શકે નહી.

કદાચ, યોગી કયો માર્ગ પસંદ કરશે એનો નિર્ણય તેની નિયતિ જ કરે છે.

આમ, યોગાનંદ એવા યોગી હતા જેમણે સ્વેચ્છાએ એકાંતવાસનો માર્ગ નહિ અપનાવવાનો નિર્ણય લીધો હતો.

@snehhusarnamu

હવે હું ચોથી પેઢીના સ્વામી વિષ્ણુ તીર્થ ની યોગ પરંપરા ઉપર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માગું છું.

આ યોગીનો જન્મ ભારતના વર્તમાન હરિયાણા રાજ્યના ભીવાની શહેર નજી ઝજ્જર નામના સ્થાન ખાતે થયો હતો. આ શ્રદ્ધેય ગુરુ વ્યવસાયે વકીલ હતા અને તેમને સિધ્ધ મહાયોગની દીક્ષા યોગાનંદ દ્વારા આપવામાં આવી હતી.

શ્રધેય સ્વામીએ મધ્ય પ્રદેશના દેવાસ શહેરમાં તે સમયે અસ્તિત્વ માં હતું એવા એક આશ્રમનો વિકાસ કર્યો હતો. આ આશ્રમ નારાયણ કુટી સન્યાસ આશ્રમ નામથી જાણીતું છે.

ત્યારબાદ સ્વામીશ્રીએ રીશીકેશ શહેરમાં ગંગા નદીના કિનારે એક નવા આશ્રમની સ્થાપના કરી. આ આશ્રમ ‘યોગ શ્રી પીઠ’ નામથી જાણીતું છે.

સ્વામીશ્રીએ આ વિશિષ્ટ યોગ પ્રણાલી ઉપર ઘણા પુસ્તકો પણ લખ્યા છે. તેમની ગણતરી નિઃશંક રીતે વર્તમાન સમયમાં યોગની આ પદ્ધતિને લોકપ્રિય બનાવનાર લોકો પૈકીના એક વ્યક્તિ તરીકે કરી શકાય.

સ્વામીશ્રીએ ઘણા સાધકોને દીક્ષા આપી હતી અને તેમણે આ પ્રણાલીનો સમગ્ર ભારતમાં પ્રસાર કર્યો. તેમના તમામ સાધુઓ વિષે લખવું શક્ય નહી હોવાથી હવે મેં મારું ધ્યાન એક અન્ય મહાન અને સિધ્ધ યોગી પાંચમી પેઢીના

સ્વામી શિવમ તીર્થ ઉપર કેન્દ્રિત કર્યું છે.

આ મહાન યોગીનો જન્મ પાકિસ્તાનના લાહોર શહેરમાં થયો હતો.

ત્યારબાદ, આ મહાન યોગીએ આ વિષય ઉપર હિન્દી ભાષામાં ઘણા પુસ્તકો રચીને આ પદ્ધતિને પ્રચલિત બનાવવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવ્યો હતો. તેમણે લખેલા પુસ્તકોનું અનુવાદ ભારતની અન્ય ઘણી ભાષાઓમાં કરવામાં આવ્યું છે.

તેમને તેમના ગુરુ સ્વામી વિષ્ણુ તીર્થ દ્વારા સ્થાપવામાં આવેલ નારાયણ કુટી સન્યાસ આશ્રમનો હવાલો સોંપવામાં આવ્યો હતો.

સ્વામીશ્રી ઘણા સાધકોને આ વિશિષ્ટ યોગ પદ્ધતિની દીક્ષા આપી હતી. મારા ગુરુ, સ્વામી સહજાનંદ તીર્થ કે જેઓ આંધ્ર પ્રદેશ રાજ્યના વિજયવાડા શહેરમાં નિવાસ કરે છે તેઓ સ્વામી શિવમ તીર્થ પાસેથી દીક્ષા મેળવનારા સાધકો પૈકી એક સાધક છે.

મારા ગુરુ સ્વામી ગંગાધર તીર્થ દ્વારા આરંભ થયેલ છઠી પેઢીના સાધુ છે.

ક્રિયા

મને થયેલા અનુભવોનું વર્ણન હું કરું તે પહેલા હું આ શબ્દ વિષે સમજણ આપવા માગું છું.

અન્યથા, જે વાચકો આ પ્રકારની યોગ પદ્ધતિ થી માહિતગાર નથી તેમને આ પદ્ધતિ ને સમજવું અઘરું લાગશે.

જે વાચકો આ પ્રકારની યોગ પદ્ધતિ વિષે પહેલાથી જ જાણકારી ધરાવે છે તેમને પણ આ વિભાગ મદદરૂપ જણાશે કારણકે ક્રિયા અને શરીર, મન અને રોજીંદા જીવનમાં તેની પ્રતિક્રિયા નો આધાર સાધકના ચરિત્ર ઉપર રહેલો છે.

ક્રિયા વ્યક્તિના ચરિત્ર ઉપર કેવી રીતે આધારિત છે તે સમજવા માટે સૌથી પહેલા તો, વ્યક્તિનું ચરિત્ર કેવી રીતે ઘડાય છે તે સમજવું ખુબ અગત્યનું છે.

એમ કહેવાય છે કે દરેક મનુષ્ય તેની શારીરિક ઈન્દ્રિયો દ્વારા આ સંસારિક જીવનનો અનુભવ સતત રીતે કરતો રહે છે. પરિણામે, વિષયાસક્તિના વિચારો તેના મનમાં અંકિત થતા રહે છે. આ વિષયાસક્તિના વિચારો અને અહં ને વ્યક્તિના કર્મ કહેવામાં આવે છે, કારણકે આ વિચારોના આધારે વ્યક્તિનું ભાવી નિર્ધારિત થાય છે અને આમ કર્મનું ચક્ર ફરવાનું શરુ થાય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, કર્મ એટલે વ્યક્તિએ ભૂતકાળમાં તેના અહંકર ના કારણે કરેલ શારીરિક અને માનસિક ક્રિયા. સંસારિક દ્રષ્ટિકોણથી વિચારતા, કર્મ સારા અથવા ખરાબ હોઈ શકે. વ્યક્તિએ કરેલ કર્મ તેના માટે પછીની પ્રતિક્રિયાનું કારણ બને છે. આ રીતે, વ્યક્તિની નિયતિ અથવા તેનું ભાગ્ય ઘડાય છે.

@shehnusarnamu

તેથી, વ્યક્તિના મનમાં કોઈ ખાસ વિષય અંગે ઉત્પન્ન થતા વિચારો તે વ્યક્તિનું વલણ નિર્ધારિત કરે છે.

હું આ અંગે વધુ ચર્ચા કરવા માગું છું.

દરેક વાચક જાણતા હશે કે એક વ્યક્તિના મનને ચોક્કસ રીતે બદલાવાની પ્રક્રિયા કેવી રીતે આકાર લે છે. વ્યક્તિના મનમાં શ્રેણીબદ્ધ રીતે પ્રવેશ કરતા વિષયવાસનાના વિચારોના કારણે વ્યક્તિનું વલણ બદલાય છે અને તેનું વર્તન વિષયાસક્તિને આધીન બનતું જાય છે. આગળ જતાં વ્યક્તિના મનમાં આવા વિચારો મજબુત બનતા જાય છે. જીવનની દરેક સ્થિતિમાં આવું બનતું રહે છે. જયારે વિષય વાસનાના વિચારો બહુ બળવાન ન હોય, તેવી સ્થિતિમાં આવા વિચારો મનુષ્યના મનમાંથી ધીરે ધીરે અદૃશ્ય થાય છે.

આ જ રીતે, શ્રેણીબદ્ધ રીતે આ પ્રકારનું વલણ એક આદતનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. આ આદત શારીરિક અથવા માનસિક હોઈ શકે.

વ્યક્તિની આ બધી આદતોના સરવાળાને આપણે જે તે વ્યક્તિનું ચરિત્ર કહી શકીએ. આ એક ખુબજ સીધી સાદી હકીકત છે!

વ્યક્તિનું ચરિત્ર, જે અનેક ટુકડાઓમાં વિભાજીત થયેલું છે, તે બીજું કંઈ જ નથી પરંતુ તેના મનમાં મુદ્રિત થયેલા વિચારોની એક પોટલી છે!

કોઈ પણ પુરુષ કે સ્ત્રી મનુષ્ય રૂપે આ પૃથ્વી ઉપર જન્મ લે છે ત્યારે તેણે પાછલા જન્મોમાં કરેલ કર્મોના ફળ જ કારણભૂત હોય છે.

મનુષ્યનું ચરિત્ર જ તેના ભાગ્ય અથવા નિયતિ માટે કારણભૂત છે.

મનુષ્યે તેનું ચરિત્ર ઝડપથી સુધારે તે જરૂરી છે કારણકે શુદ્ધ ચરિત્ર દ્વારા જ મનમાં ઉદ્ભવતા વિષય વાસનાના વિચારોનો નાશ કરી શકાય છે. વિષય વાસનાના નાશની આ ક્રિયા ત્યારે જ શક્ય બને છે જયારે ગુરુ આવા મનુષ્યને યોગની દીક્ષા આપીને વિષયાસક્તિ ના નાશ માટેની ચિનગારી પેટાવે છે. ગુરુ આ દીક્ષા સાધકને સ્પર્શથી, દ્રષ્ટિથી, દિવ્ય મંત્ર અથવા દૃઢ સંકલ્પના માધ્યમ દ્વારા આપે છે.

હવે, આપણે ક્રિયાનો અર્થ સમજીએ તે જરૂરી છે.

આ તબક્કે, વાચકો કદાચ અનુમાન લગાવી રહ્યા હશે કે હું હવે આગળ શું કહેવા માગું છું. હું ચરિત્ર વિષે જે કહેવા માગું છું તે વાતને જો વાચકો સમજી ચુક્યા હોય તો તેમના માટે આ રીતે અનુમાન બાંધવું સ્વાભાવિક છે.

અહી પ્રયોજાયેલ શબ્દ ‘ક્રિયા’ ના શાબ્દિક અર્થ નો કોઈ મહત્વ નથી. યોગ સાધનાને સંબંધ છે ત્યાં સુધી, ક્રિયાનો અર્થ શરીર, મન અને બાહ્ય રીતે ઉદ્ભવતી પ્રતિક્રિયા રૂપે કરવામાં આવે છે. જયારે સર્વોચ્ચ આદિકાલીન બળ વ્યક્તિની માનસિકતાને વિષયાસક્તિ ના વિચારોમાંથી મુક્ત કરીને તેના મનને શુદ્ધ બનાવવા માંગે ત્યારે તે વ્યક્તિના શરીર અને મનમાં આ પ્રકારની પ્રતિક્રિયાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. જયારે વ્યક્તિ આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તે તેના મનમાં તેના પાછલા અનંત જન્મોના સંચિત થયેલ તમામ સારા અને ખરાબ વિચારોમાંથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.

કારણ કે, પાછલા તમામ વિચારોનો નાશ થવો જરૂરી છે.

વ્યક્તિના ચરિત્રનું નિર્માણ તેણે તેના મનમાં અનંતકાળમાં સંચિત કરેલા વિચારોના માધ્યમથી થાય છે, તેથી આ વિચારોનું નાશ કરવું જરૂરી છે જેથી મન તમામ પ્રકારના ફેરફારથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકે. જયારે મન આ શાંત સ્થિતિએ પહોચે છે, તે જ ઘડીએ વ્યક્તિનું મન શરીરમાં સ્થિત આત્માનું પ્રતિબિંબ જોવા પામે છે. મનુષ્યની માનસિકતાનું સમાધાન થવાથી તે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટેના અંતિમ પગલા તરફ ડગ માંડે છે. (જોકે આનું પરિણામ ઈશ્વરની ઈચ્છાને આધીન છે). આદિકાલીન સર્વોચ્ચ શક્તિ આ જાણતી હોવાથી આ સ્થિતિનું સમાધાન શોધવામાં પણ મદદરૂપ થાય છે.

તેથી, પ્રતિક્રિયા નું ઘટનાક્રમ સક્રિય થઇ જાય છે, અને ગુરુ

આમાં સર્વોચ્ચ આદિકાલીન બળના માધ્યમ તરીકે ભૂમિકા ભજવે છે. ગુરુ દ્વારા આ દિવ્ય કૃપા મળ્યા વિના, જીવનનું ચક્ર ચાલ્યા જ કરતું હોય છે અને મનુષ્ય કદીય સમાપ્ત નહિ થનાર ક્રિયા અને પ્રતિક્રિયા, જન્મ અને મરણ, સારું કાર્ય અને ખરાબ કાર્ય, સારા ફળ અને ખરાબ ફળ, સુખ અને દુઃખ, ગરમી અને શરદી, અને આવા તમામ દ્વૈતભાવની અનુભૂતિ કરતો રહે છે.

તેથી, જયારે ક્રિયા શરીર, મન અને મનુષ્યના રોજીંદા બાહ્ય જીવનમાં માં ખરેખર પ્રગટ થવા લાગે છે ત્યારે શું પરિસ્થતિ સર્જાઈ શકે તે બાબત આધુનિક વિજ્ઞાન માટે રહસ્ય છે કારણકે આ વાત કોઈ તાર્કિક કારણ આપીને સમજાવી શકાય તેમ નથી.

ઉદાહરણ તરીકે, કોઈ વ્યક્તિ બહાર તદન ઠંડુ હવામાન હોવા છતાં પરસેવે રેબઝેબ થઇ શકે, અને આમ થવા પાછળ કયું શારીરિક કારણ જવાબદાર છે તે સરળતાથી સમજાવી શકાતું નથી.

કોઈ અન્ય વ્યક્તિ, તેના વર્તમાન જીવનમાં યોગ અભ્યાસની જાણકારી ધરાવતી ન હોય તેમ છતાં, અચાનક જ અમુક ચોક્કસ મુદ્રામાં યોગ અભ્યાસ શરુ કરે તે પણ શક્ય છે.

કોઈ અન્ય વ્યક્તિ, તેણે આ મંત્રો વિષે વ્યવસ્થિત જાણકારી મેળવી ન હોય તો પણ,

કદાચ કોઈ ચોક્કસ મંત્ર ઉચારવાનું શરુ કરે તે પણ શક્ય છે.

કોઈ અન્ય કિસ્સામાં, વ્યક્તિ કદાચ અચાનક જ હસવા લાગે, રડવા લાગે અથવા અન્ય પ્રાણીઓની જેમ અવાજ કાઢવા લાગે તે પણ શક્ય છે.

કોઈ અન્ય કિસ્સામાં, વ્યક્તિ કદાચ નૃત્ય કરવા લાગે, અને તે પણ એવા પ્રકારની નૃત્ય મુદ્રામાં નાચવા લાગે જે તેને ક્યારેય શીખવવામાં આવી ન હોય.

કોઈ અન્ય કિસ્સામાં વ્યક્તિ કદાચ પાછો ફરીને તેની ખુરસીની ફરતે ગોળ ગોળ ચક્કર મારવા લાગે અથવા જાણે તેના શરીરમાં કોઈ અજાણ્યા શયતાનનો વાસ થયો હોય જેના કારને તે જમીન ઉપર આળોટવા લાગે તે પણ શક્ય છે.

અને કોઈ અન્ય કિસ્સામાં, વ્યક્તિ કદાચ કોઈ અજાણી ભાષામાં અને કોઈ અજાણી ધૂન ઉપર ગીત ગાવા લાગે તે પણ શક્ય છે.

આ સૂચિનો કોઈ અંત નથી.

ઉપર જણાવેલ બધી જ પ્રતિક્રિયાઓ શરીર સાથે સબંધિત છે અને તેમની કોઈ વ્યક્તિને આવી પ્રતિક્રિયાથી કોઈ આડઅસર પહોચતી નથી. વધુમાં, વ્યક્તિ પોતે ધારે ત્યારે આ ક્રિયાઓ અટકાવી શકે છે. હકીકતે, આ તો દિવ્ય શક્તિ તરફથી મળેલ એક ભેટ છે કારણકે દિવ્યતા તો સાધકના મનની સ્થિતિ થી સંપૂર્ણ રીતે માહિતગાર હોય છે. અહીં, વાચકે સમજવાની જરૂર છે કે

જયારે આ ક્રિયાઓ પ્રગટ થઇ રહી હોય છે ત્યારે દિવ્યતા સ્વયં યોગના સાધકને કોઈ પણ પ્રકારની હાનિ થી બચાવે છે. જોકે, જો સાધક ઈચ્છે તો તે સ્વેચ્છાએ જ આ ક્રિયાઓને પ્રગટ થતી અટકાવી શકે છે. દિવ્યતાએ જ અમુક મર્યાદાની અંદર આ ક્રિયાઓ ઉપરનું નિયંત્રણ સાધકને સોંપ્યું છે. ક્યારેક આ ક્રિયાઓ નિયંત્રણ બહાર જાતિ રહે છે અને તે સમયે માત્ર ગુરુ જ તેમની ઉપર નિયંત્રણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

મેં અગાઉ કહ્યું તેમ, ગુરુ સાધકને દીક્ષા આપતી સમયે તેના માથાના ઉપરના ભાગે પોતાનો હાથ મુકીને એક દિવ્ય મંત્ર પ્રદાન કરે છે અને અન્ય બધી ટેકનીકનો પણ સંયુક્તપણે ઉપયોગ કરે છે.

અમુક કિસ્સાઓમાં ક્રિયા તરતજ વ્યક્તિના શરીરમાં પ્રગટ થવા લાગે છે. ત્યારબાદ, દીક્ષા પ્રાપ્ત કરનાર વ્યક્તિએ સળંગ ત્રણ દિવસ ગુરુ સાથે રહેવું પડે છે જેથી ક્રિયા પ્રગટ થવાની શરૂઆત દરમ્યાન ગુરુ આ પ્રક્રિયાનું પ્રત્યક્ષ નિરીક્ષણ કરી શકે. આ ક્રિયાની તીવ્રતા સંપૂર્ણપણે ગુરુના નિયંત્રણમાં રહે છે. ગુરુને યોગ્ય લાગે તેમ તે તીવ્રતામાં વધારો અથવા ઘટાડો કરી શકે છે અથવા ક્રિયાને રોકી પણ શકે છે અથવા ક્રિયાને વિલંબમાં પણ નાખી શકે છે.

આ ત્રણ દિવસના શરૂઆતના સમય પછી, વ્યક્તિ યોગ અભ્યાસ કરવા માટે ગમે ત્યાં જવા સ્વતંત્ર છે. તેથી, વ્યક્તિ જયારે આસન ઉપર બેસીને મંત્રોચાર કરવાની શરૂઆત કરે તેના થોડા સમય બાદ ક્રિયા પ્રગટ થાય છે.

મનને શુદ્ધિ અને વિષયવાસનાના તમામ વિચારોમાંથી મુક્તિ ક્રિયાનાં મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય છે.

તેથી, વ્યક્તિના ચરિત્ર મુજબ (જે વ્યક્તિના સંચિત વિચારોનું પ્રતિબિંબ છે) કોઈ ચોક્કસ પ્રકારની ક્રિયા પ્રગટ થાય છે.

જોકે, તેનો અર્થ એ નથી કે વારંવાર એક જ પ્રકારની પ્રતિક્રિયા કાયમ માટે અને તે પણ દરેક વ્યક્તિ સંબંધે પ્રગટ થતી રહેવાની છે. આપણે જાણીએ છીએ કે દરેક વ્યક્તિનું ચરિત્ર અલગ અલગ હોય છે. તેથી, દરેક વ્યક્તિના ચરિત્રના ડાઘને ભૂસવા માટેની ક્રિયા પણ દરેક વ્યક્તિના કિસ્સામાં અલગ અલગ રીતે જ પ્રગટ થાય છે! જોકે, અમુક દરેક વ્યક્તિમાં અમુક સામાન્ય લક્ષણો હોય જ છે. તેથી, સાધકોમાં અમુક એક સરખી પ્રતિક્રિયાઓ પણ પ્રગટ થતી જોવા મળે છે.

વ્યક્તિનું મન શુદ્ધ થઇ ગયાં પછી અલગ પ્રકારની પ્રતિક્રિયાઓ પ્રગટ થવા લાગે છે. જોકે, ક્રિયા ટુકડે ટુકડે પ્રગટ થતી નથી. ક્યારેક મન પૂરી રીતે શુદ્ધ થયું ન હોય તેવામાં જ બીજા પ્રકારની ક્રિયા શરુ થવાની શક્યતા છે, અને ત્યારબાદ હજુ અન્ય ક્રિયા પણ શરુ થઇ શકે છે. આ બાબતનો આધાર મનની સ્થિતિ અને સંચિત વિચારો ઉપર રહેલો છે. પ્રતિક્રિયાનું પ્રગટ થવું સંપૂર્ણપણે વ્યક્તિના મનમાં સંચિત થયેલા વિચારોને આધીન છે.

તેથી, મેં અગાઉ કહ્યું તેમ, વ્યક્તિનું ચરિત્ર જ વ્યક્તિની અંદર ક્રિયાના પ્રાગટ્ય માટે જવાબદાર છે. અત્યાર સુધી મેં ક્રિયાના પ્રકાર વિષે જ ચર્ચા કરી છે, જે વ્યક્તિના સ્થૂળ શરીર સાથે સબંધિત છે.

હવે હું પ્રતિક્રિયાના પ્રકારો વિષે ચર્ચા કરવા માગું છું!

અમુક પ્રતિક્રિયાઓ વ્યક્તિના મન સુધી જ સીમિત છે. મોટાભાગે, આ પ્રતિક્રિયાઓ તટસ્થ નિરીક્ષણ કરનાર વ્યક્તિની નજરે ચડતી નથી. માત્ર આ ક્રિયા સાથે સંબંધ ધરાવનાર વ્યક્તિને જ તેના મનમાં આ ક્રિયા પ્રગટ થયેલ હોવાની જાણ થાય છે. યોગના સાધકને આ માનસિક જાણકારી સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય ઉર્જાની કૃપા દ્વારા જ પ્રાપ્ત થાય છે!

વાચકોને કદાચ એવો પ્રશ્ન થશે કે સામાન્ય વિચાર અને ક્રિયા વચ્ચે શું તફાવત છે.

હવે હું આ વાત વિસ્તારથી સમજાવવા માગું છું.

ધારી લો કે કોઈ વ્યક્તિ પોતાની આંખો બંધ કરીને ધ્યાન કરવા માટે આસન ઉપર બેથી છે. તેના મનમાં માનસિક ચિત્રો પ્રવેશે છે. આ અનુભવ કરવા માટે વ્યક્તિએ કોઈ પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી.

વધુમાં, સાધકને એવા લોકોના ચહેરા દેખાવા માંડે છે જેમને તેઓ ક્યારેય મળ્યા જ નથી.

તે જ રીતે, સાધકને એવા શહેરો અને ગામ તેની નજર સામે દેખાવા લાગે છે જેની તેણે ક્યારેય મુલાકાત લીધી નથી.

વધુમાં, તેને વિચિત્ર પ્રકારના છોડ, ફૂલ, ઝાડ, અને રચનાઓ નજર સામે દેખાય છે જેની વિષે તેને કોઈ જ માહિતી નથી.

વાચક કદાચ અનુમાન કરશે કે આ વ્યક્તિએ કદાચ આ બધા વિષે પુસ્તકોમાં વાંચ્યું હોય, અથવા ફિલ્મમાં જોયું હોય વિગેરે. જો વ્યક્તિને તેના મનમાં દેખાતી કોઈ પણ વસ્તુ સાથે કોઈ સંપર્ક જ ન હોય તો?

આપણે આવી અસાધારણ ઘટનાને કેવી રીતે સમજાવી શકીએ?

તમે આ બાબતને તમને યોગ્ય લાગે તે દ્રષ્ટિકોણ થી મુલવી શકો છો.

અને, આ ચર્ચાનો ક્યારેય અંત આવવાનો નથી! હકીકતે, આ ચર્ચા પણ સ્પષ્ટ રૂપે એક ક્રિયા છે!

વ્યક્તિને આ અનુભવ તેના પાછલા જન્મ માં જરૂર થયો હશે, અને હવે સર્વજ્ઞ સર્વોચ્ચ આદિકાલીન ઉર્જા તેની શુદ્ધિ કરવા તેના મનની અંદર વ્યાપ્ત વિષયાસક્તિના વિચારોનો નાશ કરવા માટે પ્રગટ થઇ છે.

વિનાશની વાત દ્વારા ખરેખર તો હું વ્યક્તિની માનસિકતાના નાશ તરફ સંકેત કરું છું. આમ બનવાથી જ વ્યક્તિ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે અને અંતે તેના

મનમાં દિવ્ય પ્રકાશનો પ્રવેશ થાય છે.

અને, આ ક્રિયા દ્વારા જ શક્ય બને છે!

ક્રિયાનો બીજો પ્રકાર રોજીંદા બાહ્ય જીવન દ્વારા પ્રગટ થાય છે. વ્યક્તિને જાણે આ સર્વજ્ઞ દિવ્ય શક્તિ તેના રોજીંદા જીવનમાં તેની સાથે સંપર્ક ધરાવતી હોય તેવું પ્રતીત થાય છે. વ્યક્તિને તેના શરીરની અંદર અને બહાર બ્રહ્માંડીય ઉર્જાના અસ્તિત્વનો અનુભવ થાય છે જેના પરિણામે તેને આવી પ્રતીતિ થાય છે. હવે પછીના પ્રકરણોમાં મેં આ વિષય વિષે વિસ્તારથી ચર્ચા કરી છે.

અસામાન્ય અને વિચિત્ર લાગે એવી ઘણી બધી ઘટનાઓ આકાર લે છે, પરિણામે વ્યક્તિને ક્રિયા પ્રગટ થવા અંગે ખાતરી થાય છે.

અહી, આ વાત સમજાવવા માટે હું થોડાક ઉદાહરણો આપવા માગું છું.

ધારોકે, કોઈ વ્યક્તિના ભાગ્યમાં તેણે ભૂતકાળમાં આ જન્મમાં અથવા પાછલા જન્મમાં આચરેલા પાપકર્મ ના કારણે તેના જમણા પગે ગંભીર ઈજા થવાની નિયતિ લખાઈ હોય. આ ભાગ્યરેખાને ઝડપથી સાકાર કરવા અને તેના મનમાંથી આ અંગેની છાપ મિટાવવા સર્વજ્ઞ શક્તિ એવી સ્થિતિનું નિર્માણ કરશે જેના પરિણામે તે વ્યક્તિને કોઈ નાની અથવા સામાન્ય ઈજા કોઈ પણ સ્વરૂપે પહોચશે, જેથી જે તે વ્યક્તિ તેના કર્મફળ ભોગવી લેશે. આમ, દિવ્યતા સાધકને અનુલક્ષીને બાહ્ય પરિસ્થિતિનું નિર્માણ એવી રીતે કરે છે જેથી ભાગ્યરેખા પણ સાચી પડે છે અને સાધકને કોઈ ખાસ હાનિ પણ પહોચતી નથી.

તે જ રીતે, વ્યક્તિના ભાગ્યમાં જો પાણીમાં ડૂબવાની ભાગ્ય રેખા હોય, તેના સંબંધે કોઈ એક સામાન્ય ઘટના આકાર લે છે જે અંતર્ગત કોઈ અન્ય વ્યક્તિ તેની ઉપર તેના રોજીંદા જીવનમાં થોડુક પાણી રેડશે.

જોકે, આ જ પ્રકારની પ્રતિક્રિયા તદન વિપરીત સ્વરૂપે પણ આકાર લઇ શકે છે, જેને પરિણામે વ્યક્તિને તેણે ભૂતકાળમાં કરેલ સારા કર્મોના ફળ રૂપે માત્ર અલ્પ માત્રામાં અને અલ્પ સમય માટે કોઈ સુખ સગવડ માણવા મળે છે.

અહી, હું વાચકોને જણાવવા માગું છું કે વ્યક્તિના મનમાંથી સારા અને નરસાં, બંને પ્રકારના વિચારો ભુંસાઈ જાય છે.

તે જ રીતે, જીવનમાંથી સુખરૂપ તેમજ દુઃખરૂપ ઘટનાઓ પણ દૂર થઇ જાય છે.

સાધકના મનમાં સંપૂર્ણ જ્ઞાનની જ્યોત પ્રજ્વલિત કરવા માટે બધાજ પ્રકારના વિચારોને મનમાંથી દૂર કરી મનને શુદ્ધ કરવું અનિવાર્ય છે!

સાધકની અંદર દિવ્યતા પ્રગટ થાય તે હેતુથી તેણે તેના સામાન્ય જીવનમાં પ્રાપ્ત કરેલ દુન્યવી અથવા સંસારિક જ્ઞાનના બંધનમાંથી મુક્ત થઇ ગુરુની અજ્ઞા અનુસાર યોગ અભ્યાસ કરી આત્મજ્ઞાન મેળવવું પડે છે!

ઉર્જાનું સંરચિત સ્વરૂપ

આ પ્રકરણની શરૂઆતમાં હું યોગના પરિપેક્ષમાં મનુષ્ય શરીરની રચનાનું વર્ણન કરવા માગું છું. આ અતિ મહત્વનું છે કારણકે વાચકોને કદાચ શરીરરચના સંબંધે વર્તમાન સમયમાં પ્રવર્તમાન સમજણના સંદર્ભમે આ પરીપેક્ષને સમજવું થોડુક મુશ્કેલ લાગે તેવી શક્યતા છે.

હું વાચકને વિનંતી કરું છું કે તેઓ યોગના પરિપેક્ષમાં શરીરરચનાના સિદ્ધાંતો ની સરખામણી આધુનિક વિજ્ઞાનની શરીરરચના સંબંધિત માન્યતાઓ સાથે ન કરે અને મનુષ્યની શરીરરચના વિષે હજુ સુધી સંપૂર્ણ માહિતી ઉપલબ્ધ થઇ નથી તેનો નમ્રભાવે સ્વીકાર કરે.

ગમે તે રીતે, યોગના પરિપેક્ષમાં શરીરરચનાનું જ્ઞાન શરીરરચના વિજ્ઞાનના પ્રચલિત સિદ્ધાંતો સાથે સુસંગત છે કે નહિ તે મહત્વનું નથી.

પ્રાચીન યોગ ગ્રંથોના વર્ણન પ્રમાણે, મનુષ્યનું શરીર પાંચ આવરણોનું બનેલું છે અને આ શરીરમાં અનંત દિવ્ય આત્મ વાસ કરે છે.

પહેલા કોશનું નામ આનંદમય કોશ છે. આ આવરણ દ્વારા વ્યક્તિની અનંત દિવ્યતા ઢંકાઈ જાય છે. યોગ ગ્રંથો આ આવરણને 'માયા' તરીકે પણ વર્ણવે છે.   ઓળખીએ છીએ. આ તમામ આવરણોમાં ઢંકાયેલ શરીરને 'કારણ શરીર' પણ કહેવાય છે. હકીકતમાં આ મનુષ્ય શરીરનું હાર્દ છે જેની ઉપર અન્ય બધા આવરણ પ્રગટ થાય છે આને આમ મનુષ્ય શરીર પ્રકાશમય બને છે.

આ કારણ શરીર, જે અવિધામાં સ્થિત મલિન સત્વ છે અને જેની પ્રિય આદિ વૃત્તિઓ છે, આનંદમય કોશ કહેવાય છે.

કારણ શરીરને જ આનંદમય કોશ કહેવાય છે. સૂક્ષ્મ અને સ્થૂલ શરીરોનો હેતુ હોવાને કારણે જેને કારણ શરીર કહીયે છીએ તે જ સુખની પ્રચુરતાના કારણે આનંદમય કોશ કહેવાય છે. આ અવિધાજનિત છે અને સુષુપ્તાવસ્થામાં આપણે આમાં જ સિમિત રહીએ છીએ. આ બુદ્ધિથી પણ અધિક સૂક્ષ્મ અને એમાં અંતઃવ્યાપ્ત એની આત્મા છે.

આનંદમય કોશ મલિન-સત્ત્વથી નિર્મિત છે. સત્ત્વ ગુણમાં રજસ અને તમસના મિશ્રણ થઈ જવા પર તે મલિન થઈ જાય છે. આ મિશ્રણનું પ્રમાણ અનેક પ્રકારનું હોય શકે છે. કર્મના પ્રભાવથી આમાં પરિવર્તન પણ થઈ શકે છે. આને 'વાસના-પુંજ' પણ કહી શકયે છીએ.

સત્ત્વમાં રજસ અને તમસના મિશ્રણથી ઉત્પન્ન થયેલ મલિનતા આવરણનું કામ કરે છે. આ આવરણ બુદ્ધિમાં આત્માનું જ્ઞાન નથી થવા દેતું, તેથી

આ મલિન સત્ત્વના વાસનાપુંજને અવિધા કહેવાય છે. એમાં ઉત્પન્ન થયેલ અને એના નિયંત્રણમાં રહેવાવાળી બુદ્ધિમાં આત્માનું શુદ્ધ રૂપ અનુભૂત નથી થતું.

સુષુપ્તાવસ્થામાં આ કોશ સ્પષ્ટ અને અલગ અનુભવમાં આવે છે. એને આનંદમય એટલા માટે કહેવાય છે કે વ્યક્તિની જાગ્રત અને સ્વપ્નાવસ્થામાં કોઈ પણ દશા હોય, ચાહે તે ધની કે દરિદ્ર હોય, સ્વસ્થ કે અસ્વસ્થ હોય, યુવા કે વૃદ્ધ હોય, એક વાર સુષુપ્તિમાં પહોંચવા અર બધાને એક સમાન અચળ શાંતિ અને સુખનું અનુભવ થાય છે, કારણ કે અન્ય બે અવસ્થાઓમાં પ્રાપ્ત થવાવાળા વિક્ષેપ આ સમયે તિરોહિત (આચ્છાદિત) થઈ જાય છે.

આનંદમય કોશનો આનંદ શુદ્ધ આત્માનો આનંદ નથી. અવિધાની ઉપાધિમાં આ પ્રિય, મોદ અને પ્રમોદ રૂપમાં ભાસિત થાય છે. એ સુખની ત્રણ વૃત્તિઓ છે. અહીં આ સ્પષ્ટ કરી દેવું ઉચિત છે કે લૌકિક સુખ વૃત્તિજન્ય છે અને આત્માનું સુખ નિર્વૃત્ત છે. 'પ્રિય-વૃત્તિ' અપ્રાપ્ત વસ્તુના સ્મરણમાં સુખનો અનુભવ કરાવે છે. એ વસ્તુની પ્રાપ્તિ થવા પર જે સુખ મળે છે તેને 'મોદ-વૃત્તિ' કહે છે. પ્રાપ્ત વસ્તુના ઈન્દ્રિય ભોગ થવા પર જે સુખ મળે છે તેને 'પ્રમોદ-વૃત્તિ' કહે છે. બુદ્ધિમાં ઉત્પન્ન થવાવાળી આ વૃત્તિઓ આનંદમય કોશ છે.

આ વિષે વધુ વિસ્તારથી વાત કરવાની મારી અસમર્થતા વિષે હું વાચની ક્ષમા માગું છું! મારી માન્યતા પ્રમાણે હું આ ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક સ્થિતિ વિષે ટિપ્પણી કરવા માટે સક્ષમ નથી, અને, આ પુસ્તકમાં આ બાબતે વધુ ઉલ્લેખ કરવો જરૂરી જાણતો નથી.

બીજા આવરણનું નામ વિજ્ઞાનમાયા કોશ છે, જે જ્ઞાનના આવરણ તરીકે પણ ઓળખાય છે. મનુષ્યની બુદ્ધિ અંને અહંકાર આ જ આવરણ નીચે ઢંકાયેલા છે. વધુમાં, અહીં જ વિષયવાસનાના તમામ વિચારો ઉદ્ભવે છે અને જાગ્રત તેમજ અર્થ જાગ્રત માનસિકતાનું અહીં પ્રવેશદ્વાર છે. બુદ્ધિ અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો મળીને વિજ્ઞાનમય કોશ કહેવાય છે.

યોગીઓને મુખ્યત્વે આ જ આવરણ રસપ્રદ લાગે છે! જ્યાં સુધી યોગીનું મન અહંકાર અને વિષયવાસનાના વિચારોમાંથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત થઈને શુદ્ધ બને નહિ ત્યાં સુધી તે સમાધિ અથવા વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. વાચકને જણાવવા માગું છું કે આ સમાધિ અને વિચારશૂન્યતાની સ્થિતિની પ્રાપ્તિ જ બધીજ યોગ પ્રણાલીઓનો અંતિમ ઉદેશ્ય છે.

બુદ્ધિને વિજ્ઞાનમય કોશ કહે છે. આની સાથે પણ પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયોની ગણના કરવામાં આવે છે. આ મનથી અધિક સૂક્ષ્મ છે. પૂર્વ સ્મૃતિનો ઉપયોગ કરી બુદ્ધિ વર્તમાન વસ્તુ, વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ પર વિચાર કરવા અને નિર્ણય લેવાની ક્ષમતા રાખે છે.

મન અને બુદ્ધિની કાર્યવિધિઓ અને એના કાર્ય-વિશેષ એક

ઉદાહરણથી ભલી-ભાંતિ સમજી શકાય છે. જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ સળગતી સિગારેટના ટુકડા પર પગ મૂકી દે છે તો તે તુરંત પોતાનો પગ હટાવી દે છે પરંતુ આ ક્રિયા પહેલા ઘણી પ્રતિક્રિયા થાય છે. જ્યારે મનુષ્યનો પગ અગ્નિના સંસર્ગમાં આવે છે, ત્વચા અગ્નિના ઉત્પ્રેરકને મન સુધી પહોંચાડે છે અને મન એને બુદ્ધિ સામે નિર્ણય લેવા માટે પ્રસ્તુત કરે છે. બુદ્ધિ એના પૂર્વ અનુભવ અને જ્ઞાનના આધારે મનને આદેશ આપે છે, અને મન શરીરની માંશપેશીઓને આદેશ આપે છે કે પગ હટાવી લેવામા આવે, કારણ કે જે વસ્તુના સંસર્ગમાં પગ છે તે શરીર માટે હાનિકારક છે.

મન કેવળ જ્ઞાત ક્ષેત્રમાં વિચરણ કરવામાં ક્ષમતા રાખે છે, પરંતુ બુદ્ધિ જ્ઞાત ક્ષેત્રમાં રહેવા અતિરિક્ત અજ્ઞાત ક્ષેત્રમાં પણ પ્રવેશ કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. તે નવી-નવી શોધ કરી શકે છે, નવી વાતો પર વિચાર કરી શકે છે અને નવા સિદ્ધાંતોને સમજી શકે છે.

વાચકે સમજવું જોઈએ કે આ સ્થિતિ આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિ નથી. આત્મજ્ઞાનની સ્થિતિ તો આ કારણ શરીરના વિસર્જન પછી જ પ્રાપ્ત થાય છે. અને, યાત્રા ના આ અંતિમ પગથીયે પહોચવા માટે ક્યારેક યોગના નિયમો પણ તોડવા પડે છે. મારા માટે, કે અન્ય કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે, આ ઉચ્ચ કક્ષાઓનું વર્ણન કરવું અશક્ય છે.

આ આવરણની ઉપર મનોમાયા કોશ આવેલો છે. મન અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો મળીને મનોમય કોશ કહેવાય છે. આ જ કોશ દ્વારા બધી જ ઇન્દ્રિયો નિયંત્રિત થાય છે જેની સહાયથી અનંત આત્મા દ્વારા આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે દ્રઢ સંકલ્પ લેવામાં આવે છે.

આ કોશ ક્રમશ સૂક્ષ્મ થાય છે. સૂક્ષ્મ કોશ તેનાથી સ્થૂલ કોશોમાં અંતઃવ્યાપ્ત થઈ જાય છે અને તેને પોતાના નિતંત્રણમાં રાખે છે. ઉદાહરણ તરીકે, જ્યારે મન કોઈ દુઃખથી ઉદ્વિગ્ન (વ્યાકુળ) થાય છે તો તેનો પ્રભાવ પ્રાણ અને શરીર પર જોવા મળે છે.

મન જ્ઞાનેન્દ્રિયો પાસેથી રૂપ, રસ આદિ વિષયો પ્રાપ્ત કરે છે અને તેની પ્રતિક્રિયા કર્મેન્દ્રિયોને સૂચિત કરે છે. જોકે પાંચ ઇન્દ્રિયોથી પ્રાપ્ત થવાવાળા વિષય અલગ અને ભિન્ન પ્રકારના હોય છે પરંતુ તે મનમાં એકીકૃત થઈને વસ્તુનું બિંબ પ્રસ્તુત કરે છે. મન એને બુદ્ધિની સામે નિર્ણય લેવા માટે પ્રસ્તુત કરે છે.

આ ઉપરાંત મન વિચારોનો સતત પ્રવાહ છે. જો પ્રત્યેક વિચારને એક ડોલ પાણી માની લઇએ તો મન એક નદી છે જેમાં પાણી નિરંતર પ્રવાહિત રહે છે. ઘેરાયેલા પાણીમાં એની શક્તિ નથી દેખાય દેતી પરંતુ તેના પ્રવાહિત થવા પર નદીમાં ગતિ અને શક્તિ આવી જાય છે. આ જ પ્રકારે વિચાર પ્રવાહિત થાય છે તો તેમાં ઘણો ઉદ્વેગ ઉત્પન્ન થાય છે અને મન મનુષ્યનો સૌથી મોટો શક્તિશાળી

વિરોધી બની જાય છે.

આ આવરણની ઉપર પ્રાણમય કોશ આવેલો છે. આ આવરણનો આકાર મનુષ્યના શરીર જેવો જ છે. અમુક ધર્મોમાં તેને આભાસી શરીર તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. તેની અંદર ગૂઢ ઉર્જા પ્રવાહિત કરતું માળખું આવેલું છે.

પ્રાણ આદિ પાંચ વાયુ અને વાક આદિ પાંચ કર્મેન્દ્રિયોથી નિર્મિત પ્રાણમય કોશ છે.

શરીરની અંદર કાર્ય કરવાવાળી શક્તિ પ્રાણ છે. જોકે પ્રાણ એક છે પરંતુ એના પાંચ કાર્ય હોવાને કારણે પ્રાણ પાંચ પ્રકારના છે. (૧) પ્રાણ શ્વાસ-પ્રશ્વાસને સંચાલિત કરે છે અને બાહ્ય જગતના વિષયોના ઉત્પ્રેરકોને નિયંત્રિત રાખે છે. (૨) અપાન વિસર્જન શક્તિ છે, આ શક્તિથી વીર્ય, થૂંક, પસીનો, મૂત્ર, મળ વગેરે શરીરની બહાર ફેંકાય છે. (૩) સમાન પ્રાણ પાચન શક્તિ છે. આ પેટમાં પહોંચેલ ભોજનને પચાવે છે. (૪) વ્યાન રક્ત સંચાલક શક્તિ છે. પચેલા અન્નથી બનેલા રક્તને શરીરમાં વિતરિત કરે છે. (૫) ઉદાન વિચાર કરવાની શક્તિ છે. મૃત્યુ કાળમાં જીવને આ શક્તિ શરીરથી બહાર કાઢી બીજા શરીરમાં લઈ જાય છે.

મનુષ્યની આયુ વધવા સાથે ધીરે-ધીરે આ શક્તિઓ ક્ષીણ (નબળી) થવા લાગે છે. જ્યારે આ પ્રાણ ઠીક-ઠીક કાર્ય નથી કરતા ત્યારે શરીર ઉપર એનો પ્રભાવ પડે છે.

પ્રાણમય કોશમાં પાંચ પ્રાણોની સાથે પાંચ કર્મેન્દ્રિયોની પણ ગણના કરવામાં આવે છે, કારણ કે આ બધા એક જ તત્ત્વ અપંચીકૃત પંચમહાભૂતોના રાજસ અંશથી નિર્મિત છે અને કર્મ ઈન્દ્રિયો પ્રાણની ક્રિયા શક્તિથી જ સંચાલીત થાય છે.

અને, સૌથી ઉપરી કોશ અન્નમય કોશ છે. 'મય' પ્રચુરતા (વિપુલતા) સૂચક છે. પિતાએ પચાવેલ ભોજનના સારથી આ ઉત્પન્ન થાય છે, માતાના ભોજનથી ગર્ભમાં એનું પોષણ થાય છે. બહાર આ જગતમાં આવવા પર પણ એ અન્ન ખાયને વૃદ્ધિ કરે છે. અંતમાં મૃત્યુ પશ્ચાત આ ધરતીમાં મળી પુનઃ ભોજન બની જાય છે.

આમ, મનુષ્ય શરીર આનંદ થી લઈને અન્ન સહીત કુલ પાંચ કોશ નું બનેલું છે.

સૌથી ઉપરનું એટલે પ્રથમ કોશ સ્થૂળ શરીર છે.
સ્થૂળ શરીર અન્ય ત્રણ કોશો દ્વારા આવૃત છે અને તેને સુક્ષ્મ શરીર કહેવાય છે.

મૃત્યુ પછી સ્થૂળ શરીર નાશ પામે છે. સુક્ષ્મ શરીર અને તેની સાથેના બાકી રહેતા ચાર કોશ મૃત્યુ પછી નવા શરીર સાથે નવો જન્મ લે છે. અને, આત્મા હવે પછી કયો જન્મ લેશે તેનો આધાર પાછલા જન્મોમાં સંચિત કરેલા કર્મો ઉપર રહેલો છે.

તેથી, આદિકાલીન શક્તિએ આ સ્થૂળ શરીરનું બ્રહ્માંડીય માયાના ભાગરૂપે સર્જન કર્યું છે. આ શક્તિ અથવા ઉર્જા સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં સર્વોચ્ચ સ્થાન ધરાવે છે.

વાચક કદાચ એવું કહેશે કે અનંત આત્મા અથવા પરમાત્મા જ સર્વોચ્ચ છે! હા, ખરેખર સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય શક્તિનું આત્મા વિના કોઈ અસ્તિત્વ નથી, અને અનંત આત્માનું સર્વોચ્ચ શક્તિ વિના ક્યારે પણ અસ્તિત્વમાં આવતી નથી. આ બંને ખરેખર એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે.

આ સહજ સર્વોચ્ચ શક્તિ વિના ઈશ્વરને સર્વશક્તિમાન માની શકાય જ નહી. જેમ હોલીવુડની ફિલ્મોના સ્પાઈડરમેન નું અસ્તિત્વ સુપર કરોળિયાની શક્તિ વિના શક્ય નથી. તેવી જ રીતે સંસ્કૃત ગ્રંથોમાં જેનું વર્ણન જોવા મળે છે તે શક્તિમાનનું પણ તેની સહજ શક્તિ અથવા ઉર્જા વિના કોઈ અસ્તિત્વ નથી.

તે જ રીતે શક્તિ, તેના મૂળભૂત સ્વરૂપે, માત્ર આત્મા રૂપે જ પ્રગટ થાય છે.

આત્મા અને શક્તિને એક બીજાથી જુદા પાડી શકાય નહી.

દુન્યવી ભાષાઓમાં દિવ્યતાનું વર્ણન કરી શકાતું નથી. તદુપરાંત, સંપૂર્ણ સત્યને આપણે જાણતા નથી.

હું આ વિષય વિષે વધુ વિસ્તારથી ચર્ચા કરવા માગું છું.

બ્રહ્માંડ અને તેનું ઉપર માત્ર દિવ્ય શક્તિ જ એક સંપૂર્ણ સત્ય છે. સર્વોચ્ચ દિવ્ય શક્તિ અથવા આત્મા વિષે કોઈ પણ વ્યક્તિ, આ ક્ષણે મારી સહિત, પોતે બધી જ જાણકારી ધરાવે છે તેમ કહી શકે નહી! જો મેં આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી લીધું હોત, તો કદાચ હું અત્યારે આ પુસ્તક લખવામાં વ્યસ્ત ન હોત. આમ, સંપૂર્ણ સત્ય વિષે જાણકારીના અભાવમાં આપણે દિવ્યતાનું વર્ણન કરી શકતા નથી!

જયારે આનંદમય કોશ તેના મૂળ સ્ત્રોત, એટલે કે ઈશ્વર સાથે મેળાપ કરે, ત્યારે જ આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે.

જો કે મનુષ્યમાં આ અંતિમ રૂપાંતર અથવા આત્મજ્ઞાન માત્ર સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરની ઈચ્છા હોય ત્યારે જ થાય છે.યોગના નિયમોએ પણ અટકવું પડે છે. આ જ કારણથી બધી જ ધાર્મિક વ્યવસ્થામાં સંપૂર્ણ સ્વ-શરણાગતિનો આદેશ આપવામાં આવે છે. હવે, જ્ઞાન, મન અને જીવન શક્તિના પછીના ત્રણ આવરણોમાં વ્યાપેલી ઉર્જાને સાથે મળીને ‘ચિત શક્તિ’ અથવા ‘માનસિક શક્તિ’ તરીકે વર્ગીકૃત કરવામાં આવે છે.આ ઉર્જા તેના પછીની વધુ પાક્કી કે સ્થૂળ સ્થિતિમાં હોય છે. આ ઉર્જાને વિશેષમાં યોગના વિવિધ લખાણો મુજબ અક્કલ કે બુદ્ધિ; મગજ કે ચિત; અને જીવનશક્તિ કે પ્રાણની રચના કરનાર તરીકે પણ વર્ગીકૃત કરી શકાય છે. ઘણા લખાણો જુદી જુદી રીતે મેં ઉપર નોંધ્યા છે તે શબ્દો પૈકીના

કોઈપણ એકનો ઉપયોગ કરીને આ ઉર્જાનો ઉલ્લેખ કરે છે. જો વાચક એ સમજી શકે કે માનવ શરીરમાં ચોક્કસ કાર્ય ઉપર આધારિત રહીને એક જ ઉર્જા જુદા જુદા સ્વરૂપમાં પ્રદર્શિત થાય છે,તો એટલું પુરતું છે.

સૌથી નીચી કક્ષામાં વ્યાપ્ત ઉર્જાનું સ્વરૂપ એ શારીરિક ઉર્જા છે, કે જેનાથી વાચક અને આધુનિક વિજ્ઞાન પરિચિત છે. તેથી, પ્રથમ આવરણની અંદર આપની પાસે તેની મૂળભૂત અવસ્થામાં ઉર્જા હોય છે, કે જે ‘બ્રહ્માંડીય ભ્રમ’ કે ‘માયા’ સર્જવા માટે જવાબદાર હોય છે.પછીના ત્રણ આવરણોમાં ,આપણને ‘ચિત શક્તિ’ના સ્વરૂપમાં આ ઉર્જાનું વધુ પાક્કું પ્રગટીકરણ મળે છે .છેલ્લા આવરણમાં ,આ ઉર્જા સ્થૂળ ભૌતિક સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે ,કે જેને આપણે સંસ્કૃત લખાણોમાં બ્રહ્માંડ કે કુદરત કે ‘પ્રકૃતિ’ કહીએ છીએ ! જો તમે ઊલટા ક્રમમાં ઉર્જાના પ્રગટીકરણ તરફ જાઓ તો આપણે જોઈએ છીએ કે સૌ પ્રથમ આત્મજ્ઞાન ને અનુસરવા માટે એક યોગી માટેના ક્રમમાં ,સ્થૂળ ભૌતિક ઉર્જાને લાગુ પડતા વિજ્ઞાનના નિયમો કામ કરતા અટકી જવા જરૂરી છે !સ્થૂળ ઉર્જા/વિજ્ઞાનના નિયમોના અટકી જવા’ દ્વારા હું જે કાંઈ કહેવા માંગુ છું તે એ છે કે આ નિયમો આ તબક્કે લાગુ પડતા નથી.યોગી દૈવી શક્તિઓ ધરાવવાનું શરૂ કરે છે. જે રીતે આ શક્તિઓ એક સામાન્ય માણસ કે જે વિજ્ઞાનના નિયમોથી બંધાયેલ છે તેના માટે ‘દૈવી શક્તિઓ’ હોઈ શકે છે ,તે રીતે આ શક્તિઓ યોગીઓ માટે એક સ્વાભાવિક કે કુદરતી શક્તિઓ છે ! જો કે, એક યોગી દૈવી શક્તિઓ ધરાવતો હોય તો પણ તે આત્મજ્ઞાન ના ધરાવતો હોય તેવું બની શકે છે.આવું એટલા માટે હોય છે કારણ કે યોગના નિયમોને પણ(કે જે દૈવી શક્તિઓ સાથે સંબંધ ધરાવે છે) કોઈ પણ વિશેષ પ્રગતિ થવા માટે રોકવા જરૂરી છે.

તેથી, આત્મજ્ઞાન થવા માટે યોગીએ વિજ્ઞાનના નિયમોને અને યોગના નિયમોને ક્રમમાં મહાત કરવા કે તેના પર વિજય મેળવવો જરૂરી છે. સર્વોચ્ચ બ્રહ્મા અથવા આત્મા અથવા સર્વશક્તિમાન અથવા ભગવાને સ્વ માટે બધા જ અધિકારો સુરક્ષિત રાખ્યા છે.

અહી મને મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાના શરીર વિજ્ઞાનને, એક સામાન્ય વાંચકના લાભ માટે, યોગના દ્રષ્ટિબિંદુથી ટૂકમાં સ્પર્શ કરવાનું ગમશે. આ દ્રષ્ટિબિંદુ મુજબ, સંપૂર્ણ મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાની અંદર રહેલ જીવનની તાકાતના બંધારણ સાથે માનવ શરીર વિજ્ઞાન સંબંધ ધરાવે છે. આ દ્રષ્ટિબિંદુ માંસ અને હાડકાઓને કોઈ જ મહત્વ આપતું નથી. આથી આપણે આ મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાને કાપીને ખોલી શકતા નથી અને આ જીવનની શક્તિ કે પ્રભાવને જોઈ શકતા નથી. આ જીવ શક્તિનું બંધારણ ઉર્જાની ભાતો ઉપર આધાર રાખે છે, કે જે ઉર્જાની ભાતો એટલી રહસ્યમય છે કે તે આધુનિક વિજ્ઞાન દ્વારા જાણીતા એવા વીજ ચુંબકીય રંગ પટ ઉપર પણ જોવા મળતી નથી.

તેથી વિજ્ઞાનના નિયમો કે જે ઉર્જાના પૂર્ણ સ્વરૂપ સાથે સંબંધ ધરાવે છે તે આ સૂક્ષ્મ બ્રહ્માંડીય કક્ષાએ લાગુ પડી શકે તેમ નથી. તેથી, કોઈપણ સાધન તેને માપી કે તેની નોંધ રાખી શકે તેમ નથી-પ્રત્યક્ષ રીતે કે પરોક્ષ રીતે.

કરોડના પાયા કે મૂળ થી શરૂ કરીને માથાના ઉપલા ભાગ સુધી આગળ વધતા-શિર ટોચ સુધી – યોગના લખાણો મુજબ ચક્ર તરીકે ઓળખાતા સાત ઉર્જાના કેન્દ્રો આવેલા છે.પ્રથમ ચક્રને મૂળ ચક્ર કે મૂલાધાર ચક્ર કહેવામાં આવે છે. તે કરોડરજ્જુના પાયામાં ગુદા અને જનનપ્રદેશની મધ્યમાં આવેલ છે. કુંડલીની કે બ્રહ્માંડીય ઉર્જા આ ચક્રમાં આવેલી છે અથવા સુષુપ્ત અવસ્થાના પ્રકારમાં આવેલ ઉર્જાનું કેન્દ્ર.યોગના લખાણો યોગ ગ્રંથો આ ચક્રનું ખૂબ જ વિગતવાર વર્ણન કરે છે. જો કે તેનું બંધારણ ખૂબ જટીલ છે અને હું માત્ર આ ખાસ ચક્ર વિશેની વિગતો ટૂકમાં આપીશ, જેથી સામાન્ય વાચક તેનો ખ્યાલ મેળવી શકે!

જો વધારે રસ પડે તો, વાચકો અન્ય ચક્રો વિષે અને મગજ અને કરોડરજ્જુ અંગેની વ્યવસ્થા નાં સંપૂર્ણ શરીર વિજ્ઞાન અંગે પણ વાંચી શકે છે. આ વિષય ઉપરનો ઢગલા બંધ પુસ્તકો ઉપલબ્ધ છે અને વાચકો તેમને સરળતાથી વિશ્વવ્યાપી વેબ ઉપરથી શોધીને ઉપયોગ કરી શકે છે!

બધા જ ચક્રો કમળના ફૂલના રૂપમાં હોવાનું ધારવામાં આવે છે.

મૂળ ચક્ર નું કમળ ચાર પાંખડીઓ ધરાવે છે. પાંખડીઓ લાલ રંગની હોય છે. કદાચ ઉર્જાની ભાત કે રચનાને પાંખડીઓનો આકાર આપવામાં આવે છે અને આવી ચાર ભાત કે રચનાઓ હોય છે. ઉપરાંત, વીજ ચુંબકીય રંગ પટ્ટમાં લાલ રંગની માફક લાલ રંગ જોડાયેલી આવૃતિઓનું સૂચન કરતો હોય તેવું બની શકે છે.

દરેક પાંખડીઓ ઉપર સંસ્કૃત મૂળાક્ષરમાંથી એક વર્ણ કે અક્ષર હોય છે.આ અક્ષરો કે વર્ણોનો રંગ સોનેરી હોય છે !અક્ષરોનો ધ્વનિ વા,શા,ષા કે સા હોય છે. જ્યારે એવું કહેવામાં આવે છે કે અક્ષરો પાંખડીઓ ઉપર આવેલા છે ત્યારે કદાચ તે સંસ્કૃત વર્ણનો અવાજ છે કે જે અમુક રીતે ઉર્જાની ભાત કે રચના સાથે જોડાયેલ હોય છે. કોઈ પણ કિસ્સામાં, આવો ધ્વનિ એ પણ ઉર્જા છે.તેથી સંસ્કૃત મૂળાક્ષરનો એક ચોક્કસ અક્ષર કે વર્ણનો ચોક્કસ ધ્વનિ તેની સાથે જોડાયેલી ઉર્જાની ભાત કે રચના ધરાવે છે.

આખા કમળના ફૂલને ઉર્જાનું કેન્દ્ર હોવાનું માનવામાં આવે છે.તેથી એ બાબતને સરળતાથી સમજી શકાય છે કે તે પાંખડીઓ, અક્ષરો, પાંખડીઓના રંગ, અક્ષરોના રંગ વગેરેના સ્વરૂપમાં વિવિધ ઉર્જાની ભાત આધારિત બંધારણ ધરાવે છે. આ કિસ્સામાં, બધા જ અક્ષરોને એક ચોક્કસ આવૃત્તિ ની કક્ષાના સૂચક હોવાનું માનવામાં આવે છે. ફૂલની અંદર એક વિસ્તાર હોય છે, કે જે આઠ ભાલાઓથી ઘેરાયેલ ચાર બાજુઓ વાળા ઘન આકારના સ્વરૂપમાં હોવાનું માનવામાં આવે છે. યોગના લખાણો મુજબ ચોરસ એ પૃથ્વી તત્વનું સૂચન કરતું પ્રતિક છે. ભાલાઓ

વિવિધ દિશાઓને રજૂ કરે છે.

તેથી આ વિસ્તારને ‘પૃથ્વી ગુણ’ દર્શાવતો હોવાનું અથવા પ્રદાર્થમાં રહેલી ઘનતા દર્શાવતો હોવાનું ધારવામાં આવે છે!

વિશેષમાં, યોગના લખાણો મુજબ આ ભાગનો રંગ પીળો છે. વીજ ચુંબકીય રંગ પટ્ટમાં રહેલા પીળા રંગ સાથે જોડાયેલ ઉર્જાની આવૃતીથી વાંચકો પરીચિત હોવા જરૂરી છે.આથી આ પીળો રંગ ઉર્જાની ભાતનો અમુક પ્રકાર સૂચવતો હોઈ શકે છે. યોગના લખાણો મુજબ,પીળો રંગ પૃથ્વી તત્વ રજૂ કરે છે. ઉપરાંત,યોગના લખાણો મુજબ, પીળો રંગ સુગંધનો ભાવ પણ રજૂ કરે છે ! સંપૂર્ણ પીળો ભાગ સંસ્કૃત વર્ણમાંથી ‘લં’ અક્ષર દ્વારા રજૂ થાય છે! અથવા મજબૂત કે તંદુરસ્ત શરીર આ પીળો વિસ્તાર રજૂ કરે છે. ફૂલની અંદર, એક ઊંધો ત્રિકોણ પણ હોય છે. ભારતમાં શક્તિ પૂજકોના સંપ્રદાય મુજબ ઊંધો ત્રિકોણ સ્ત્રીના જનનાંગ અવયવ અથવા શક્તિ રજૂ કરે છે. તેથી, ઊંધો ત્રિકોણ પોતે જ શક્તિ એક ભાત હોવી જોઈએ કારણ કે આવી શક્તિ હંમેશા એક ઊંધા ત્રિકોણ દ્વારા રજૂ થાય છે. ઉપરાંત, ત્રિકોણની અંદર એક બીજો ધ્વનિ અથવા સંસ્કૃત અક્ષર ‘કલિમ’ હોય છે! ત્રિકોણ લાલ રંગથી પણ ભરેલો હોય છે .કલિમ ધ્વનિ ને જાતિય શક્તિ કે સર્જનાત્મકતાની ઉર્જા રજૂ કરતો હોવાનું ધારવામાં આવે છે. લાલ રંગ જુસ્સો કે વિષય વાસના સાથે જોડાયેલો છે.

ત્રિકોણની ઉપર કાળા રંગમાં (એ રીતે આકારમાં તે દેખાય છે) એક શિવ લિંગ અથવા લિંગ હોય છે, ભારતમાં શૈવ પંથની વિચારધારાનું અનુસરણ કરતા અનુયાયીઓના મત મુજબ ,સર્વશક્તિમાનને એક લિંગના સ્વરૂપમાં પૂજવામાં આવે છે. કુંડલિની અથવા સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય ઉર્જાને લિંગની આસપાસ ગૂંચડાયેલ સ્વરૂપમાં હોવાનું માનવામાં આવે છે. તે સાડા ત્રણ ગૂંચળા કે વળની હોવાનું અને તે તેનું માથું લિંગની ટોચને ઢાંકવા સાથે એક સાપના સ્વરૂપની હોવાનું માનવામાં આવે છે! વાંચકો હવે તે બાબતને સારી રીતે અનુભવી શકે છે કે આ બ્રહ્માંડીય શક્તિ કેટલી સૂક્ષ્મ બ્રહ્માંડીય કક્ષાએ છે અને છતાં કેટલી શક્તિશાળી છે.

સૌ પ્રથમ ઉર્જાનું કેન્દ્ર પોતે જ અદ્રશ્ય છે અને અત્યંત આધુનિક ઉપકરણો દ્વારા પણ તેને શોધી શકાતું નથી. કમળ આકારનું ઉર્જાનું કેન્દ્ર એક્દમ સુંદર ઉર્જાની ભાતોથી બનેલું છે. તે સામગ્રી તરીકે ઉર્જા વડે એક યંત્ર બનાવવા જેવી બાબત છે અથવા તેને એક પ્રતિકૃતિ કે જે અતિ સુંદર ઉર્જા ભાતો થી બનાવાયેલ છે તેની સાથે સરખાવી શકાય છે! ઉપરાંતમાં, દરેક ઉર્જા ભાત ચેતનવંતી છે અને સર્વોચ્ચ બ્રહ્મ અથવા સનાતન આત્મા અથવા ભગવાન દ્વારા વ્યાપેલી છે! આથી, દરેક ઉર્જાની ભાત સાથે જોડાયેલા સ્થાનિક દેવ અથવા દેવી હોય છે!

આ બાબત ઉપર મને વિગતવાર પ્રકાશ પાડવા દો.

ઉર્જા કોઈપણ બિંદુએ આત્મા કે દૈવત્વ અથવા ભગવાનથી અલગ

રીતે અસ્તિત્વ ધરાવી શકતી નથી. જો કે તેમ છતા, બ્રહ્માંડમાં અને માનવ શરીરના તેના સૂક્ષ્મ રૂપમાં તેના ખાસ કાર્યના આધારે જુદી જુદી લાક્ષણિકતાઓ ઉર્જાને લાગુ પાડી શકાય છે. આથી ઈશ્વરને પણ દરેક ઉર્જાની ભાતો સાથે લાક્ષણિક રીતે જોડવામાં આવે છે. આ એ બાબત છે કે જેનો અર્થ ઉર્જાના કેન્દ્રમાં સ્થાનિક દેવ કે દેવી રૂપે થાય છે. અન્યથા આવા દૈવત્વને વિવિધ ભગવાનોમાં તોડી શકાતી નથી. સર્વોચ્ચ દૈવત્વના આ સૈધ્ધાંતિક ભંગાણ વિના બૌદ્ધિક રીતે દૈવત્વના આ અતિશય જટીલ પ્રકારને સમજાવવું કે સમજવું શક્ય નથી. કમળ આકારના ઉર્જા કેન્દ્રની અંદર જે ઉર્જા અસ્તિત્વ ધરાવે છે તેના કરતા પણ વધારે સૂક્ષ્મ સ્વરૂપમાં આ જટીલ બંધારણની અંદર કુંડલિની શક્તિ પોતે અસ્તિત્વ ધરાવે છે. હું આશા રાખું છું કે વાંચકો હવે સરળતાથી માનવ શરીરમાં ઉર્જાના સૂક્ષ્મ બ્રહ્માંડીય પ્રકારની કલ્પના કરી શકે છે! આ તે સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય ઉર્જા છે કે જે માનવનું સર્જન કર્યા બાદ વ્યક્તિઓના મગજ ઉપર ભ્રમણાના જગતને રજૂ કરવાનું અને જાળવવાનું ચાલુ રાખે છે! કોઈક રીતે મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થા(કે જેનું મેં ઉપર વર્ણ કર્યું છે) ઉપર વિવિધ ઉર્જા ભાતો ભ્રમણાના કિરણ માં જોડાયેલી છે કે જેને બહાર અનંતતામાં રજૂ કરવામાં આવે છે અને તેનાથી વ્યક્તિ જેનો અનુભવ કરે છે તે ભ્રમણાના જગતની રચના થાય છે.

યોગના લખાણો મુજબ થોડા અન્ય પદાર્થોની સાથે થોડા દેવો અને દેવીઓ પણ ચક્રના બંધારણની અંદર આવેલ છે.આ ચક્રની વિશેષ વિગતોમાં હું બહુ ઊંડો ઉતરીશ નહી કારણ કે તેનો કશો જ ઉપયોગ ની નથી.

વિધાકીય જ્ઞાન હું અત્યારે કરી રહ્યો છું બરાબર તેની માફક માત્ર પ્રવચન આપવા કે એક પુસ્તક લખવા માટે સારું છે! આ બે ઉપયોગો સિવાય, વિધાકીય જ્ઞાન વ્યક્તિ માટે કોઈપણ પ્રકારની શાંતિ અને સુખ લાવી શકતું નથી! બૌદ્ધિક આનંદ કદાચ બીજો ઉપયોગ હોઈ શકે છે! અને તેના બધા જ હેતુઓ અહી સમાપ્ત થાય છે! બરાબર આ જ રીતે મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાના એક છેડાથી બીજા છેડા સુધી અન્ય ચક્રો હોય છે! હવે પછીના ચક્રને સ્વાધિસ્તાન ચક્ર કહે છે અને તે જનનાંગ વિસ્તારના મૂળ માં આવેલું છે! તેના પછી મણિપુરી ચક્ર આવે છે કે જે નાભિના ભાગમાં આવેલું છે. આથી વધુ આગળ અનાહત ચક્ર આવેલું છે કે જે હૃદયના ભાગમાં આવેલું છે. પાંચમુ ચક્ર ગળાના પાયામાં આવેલું છે અને તેને વિશુધ ચક્ર કહેવામાં આવે છે. છઠ્ઠું ચક્ર આંખની ભ્રમરોની વચ્ચે આવેલું છે અને તેને આજ્ઞા ચક્ર કહેવામાં આવે છે. છેલ્લા ચક્ર ને સહસ્રારા ચક્ર કહેવામાં આવે છે અને તે મગજના વિસ્તારમાં આવેલું છે.

આ ઉર્જા કેન્દ્રો કે કમળો પૈકીનું દરેક નિશ્ચિત સંખ્યામાં પાંખડીઓ ધરાવે છે.પ્રથમ ચક્ર થી છઠ્ઠા ચક્ર સુધી,સંસ્કૃત વર્ણમાલાના પચાસ અક્ષરોને સમાવતી કુલ પચાસ પાંખડીઓ હોય છે! મગજના ભાગમાં રહેલ છેલ્લું ચક્ર પચાસ અક્ષરોની

આખી વર્ણમાલાના વીસ વખત પુનરાવર્તન સાથે એક હજાર પાંખડીઓનું બનેલું છે!

તેના મૂળ ચક્રમાંથી જાગી ગયા બાદ બ્રહ્માંડીય શક્તિ મગજ અને કરોડની વ્યવસ્થાની સમાંતરે ઉપર જતી હોવાથી અને મગજના ભાગે પહોચતી હોવાથી, વ્યક્તિમાં સ્વ-સાક્ષાત્કાર થતો હોવાનું માનવામાં આવે છે.જ્યારે બ્રહ્માંડીય ઉર્જા તેની સર્જનાત્મક સ્થિતિમાં હતી ત્યારે તેણે મનુષ્ય તરીકે ઓળખાતું ભ્રાંતિવાળું અસ્તિત્વ સર્જ્યું હતું અને પાછળથી તેની બેઠક મગજ અને કરોડની વ્યવસ્થાના પાયામાં ટકાવી હતી .જ્યારે આ પ્રક્રિયાને હવે ઊલટાવવામાં આવે ત્યારે ઉર્જા મગજના ભાગમાં મૂળ સ્ત્રોતમાં પાછી જાય છે. આ રીતે મગજને સંપૂર્ણ જ્ઞાન થી ભરેલું રાખીને!

આ લાંબી વાત કે જે મેં ઉપર લખી છે તે માનવ શરીરમાં ઉર્જાની ગતિવિધિને સમજવા માટે મહત્વની છે.

માનવ શરીરનું સર્જન કર્યા બાદ આદિકાળની ઉર્જા માનવ શરીરમાં સંઘરાયેલ અનંત આત્માને ભ્રમણા ના વિશ્વના રૂપમાં રજૂ કરવાનું અને ટકાવવાનું ચાલુ રાખે છે!

વાંચકોને એ યાદ રાખવા વિનંતી કરવામાં આવે છે કે આ આત્મા બ્રહ્માંડના સર્વોચ્ચ આત્મા કે ભગવાનથી જુદો કે અલગ નથી! તે એક અને સરખી જ બાબત છે!

તેથી, આ ઉર્જા માનવ શરીરની મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાના પાયામાં બરાબર ગુદા અને જનનાંગ વિસ્તારની મધ્યમાં બેસેલી છે.

આ ઉર્જા સાથે જ્યારે ગુરુ દ્વારા છેડછાડ કરવામાં આવે છે ત્યારે તેણે જે સર્જન કર્યું હતું અને જે પ્રતિકારો સામે તે ટકી રહી હતી તેના વિનાશની અવસ્થામાં ઊલટી ઊછળે છે! પરીણામે,અંદરની બાજુએ વળેલ ઊલટી રીતમાં ઉર્જાની ગતિવિધિ દરેક કોશમાં સમગ્ર શરીરમાં ફેલાય છે.

મારા શરીરની અંદર આ ઉર્જાને કેવી રીતે જગાડવામાં આવેલ છે અને તે કેવી રીતે મારા શરીરમાં ગતિવિધિ કરી રહી હતી તે બાબતે હું હવે મારા પોતાના અનુભવોનું વર્ણન કરીશ!

કુંડલિની શક્તિની જાગૃતિ

કોઈક સમયે નવેમ્બર મહીના દરમિયાન, ૨૦૦૭ની સાલમાં, મને ‘શક્તિપાતની વિધિ’માં અમલમાં મૂકાતી એક યોગની વ્યવસ્થા, સિદ્ધ મહા યોગમાં દીક્ષા આપવામાં આવી હતી.

મેં મારા એક મિત્ર પાસેથી સાંભળ્યું હતું કે મારા ભાવિ ગુરુ, સહજાનંદ તિર્થ, કે જેઓ વિધિમાંથી આવેલા છે, તેઓ ભારતમાં હૈદરાબાદ શહેરની મુલાકાત લેવાના હતા.

મારા મિત્રે પરમ આ પાવન ગુરુનું સ્વાગત કરવા માટે મને તેના ઘરે આવવા માટે આમંત્રણ આપ્યું હતું અને મેં તરત જ તે આમંત્રણ સ્વીકારી લીધું હતું. હું મારા ભાવિ ગુરુને આઠ વાગ્યા કે નવ વાગ્યાની આસપાસના કોઈક સમયે રાત્રીના સમયે મારા મિત્રના ઘરે મળ્યો હતો.

મને ત્યારે સુખદ આંચકો લાગ્યો હતો કે જ્યારે મેં અનુભવ્યું હતું કે હું તે પરમ પાવન આત્માને આ પહેલા એકવીસ વર્ષ પહેલા મળ્યો હતો.આ પરમ પાવન આત્મા નવી દિલ્હી તરફ જતી ગાડીમાં મારા એક સાથી મુસાફર બન્યા હતા.

મેં તે સફર ૧૯૮૬ના ઉનાળા દરમિયાન કરી હતી, કે જ્યારે હું લગભગ પંદર વર્ષની ઉંમરનો હતો.

આ પાવન આત્માએ મારી બરોબર સામેની નીચેની સૂવાની જગ્યા ધારણ કરી હતી. અમે બંનેએ તેર કલાક સુધી સાથે મુસાફરી કરી હતી.

આ પાવન આત્મા કેસરી વસ્ત્રોમાં, તેના આશ્રમ તરફ પાછા જઈ રહ્યા હતા અથવા ભારતમાં આવેલ હાલના રાજ્ય ઉતરાખંડમાં હિમાલયની તળેટીઓમાં આવેલ ઋષિકેશમાં યોગિક રીટ્રીટ માટે જઈ રહ્યા હતા.

હું, ઉતરાખંડમાં પણ ઉતરકાશી તરીકે ઓળખાતા (હિમાલયની પર્વત માળામાં સહજ વધુ અંદરના ભાગે આવેલ) નગરમાં આવેલ વિશ્વ પ્રસિદ્ધ ‘નેહરુ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ માઉન્ટેનીયરીંગ’ માં પર્વતારોહણ અને ખડગ ઉપર ચઢવાનું શીખવા માટે જઈ રહ્યો હતો.

મારે ઋષિકેશ નગરમાંથી પસાર થવાનું હતું અને ઉત્તરકાશી પહોંચવા માટે બસ પકડવાની હતી.

જ્યારે આ પવિત્ર આત્માએ મારા સફરના આયોજનો વિશે જાણ્યું ત્યારે તેમણે ઋષિકેશમાં તેમના આશ્રમમાં મને મહેમાન બનવા માટે વાત કરી હતી.મારે જતી અને વળતી સફર દરમિયાન એમ બંને વખતે ઋષિકેશમાં અથવા હરિદ્વારની નજીકના શહેરમાં એક રાત માટે રોકાવાની જરૂરીયાત હતી.

વિશેષમાં, તેમણે કાગળના એક ટુકડા ઉપર તેમનું નામ અને તેમના આશ્રમનું સરનામું લખ્યું હતું અને તે ટુકડો મને આપ્યો હતો. આ પ્રસ્તાવ બાબતે હું ખૂબ શંકિત બન્યો હતો અને આ વિષય પ્રત્યે ભાગ્યે જ કોઈ વિશેષ ધ્યાન આપ્યું હતું.

ઉલ્લેખનીય છે કે હું ત્યારે લગભગ પંદર વર્ષની ઉંમર નો હતો અને મારા ભાવિ ગુરુ તે સમયે લગભગ બાસઠ વર્ષની ઉંમરના હોવા જોઈએ. તેથી, વાચક એ સારી રીતે કલ્પના કરી શકે છે કે અમારી વચ્ચે ક્યા પ્રકારનો વાર્તાલાપ થયો હશે.

નવી દિલ્હી પહોંચ્યા બાદ, અમારા રસ્તાઓ અલગ પડ્યા. હરિદ્વાર શહેરની બસ પકડતા પહેલા નવી દિલ્હીમાં મારે અમુક કાર્ય કરવાનું હતું. તે પાવન આત્માને પણ એક દિવસ માટે દિલ્હીમાં રોકાવાનું હતું.

તે જ દિવસે સાંજના, હું હરિદ્વાર કે જે ઋષિકેશની નજીક આવેલું છે તેની બસમાં ચઢ્યો અને શહેરમાં લગભગ મધ્ય રાત્રીએ શહેરમાં પહોંચ્યો હતો. શહેરમાં ભારે ભીડભાડ જોઈ હું એક ક્ષણ તો ડરી ગયો. શેરીઓ જમીન ઉપર સૂઈ રહેલ લોકોથી ભરેલી હતી. મેં પાછળથી જાણ્યું હતું કે ‘કુંભ મેળો’ કે જે દર બાર વર્ષે એક વાર ગંગા નદીના કિનારે એક નદી ઉત્સવ તરીકે ઉજવવામાં આવતો હતો તે તેની ઉજવણીની ચરમ સીમા ઉપર હતો. પરિણામે, રોકાવાની કોઈ જ જગ્યા વિના હું ભરાઈ પડ્યો હતો. કોઈક રીતે રૂમ ભાડાની મોટી રકમ ચૂકવીને એક હોટલના શયન ખંડમાં એક ખાટલાની વ્યવસ્થા હું કરી શક્યો હતો.

બીજા દિવસે, ઉતરકાશી તરફ જવાની બસ પકડતા પહેલા મેં અગાઉથી જ પાછા જવાની ગાડીની ટીકીટ ખરીદી લેવાનો નિર્ણય કર્યો હતો. જો કે ટોળાઓ ઉપર નજર રાખવા ખાસ રેલવે કાઉન્ટરો મૂકવામાં આવ્યા હતા તો પણ ટીકીટ ખરીદવા માટે મને અનેક કલાકોનો સમય લાગ્યો હતો. આ અણધાર્યા વિલંબના કારણે, હું ઉતરકાશીની છેલ્લી બસ ચૂકી ગયો હતો.

હોટલો રૂમ ભાડાની જે ઉંચી રકમ વસુલ કરી રહી હતી તેના કારણે, હરિદ્વારમાં બીજી રાત વિતાવવાનો તરત આવેલ વિચાર ભયજનક હતો. તેથી મેં બીજી બુધ્ધિગમ્ય બાબત કરવાનો નિર્ણય કર્યો હતો, કે જે ઉતરકાશીની દિશામાં મુસાફરી કરવાનો હતો અને રાત્રિના સમય દરમિયાન હું જે કોઈ નગરમાં પહોંચું ત્યાં રોકાવાનો હતો.મને આગળ એવું કહેવામાં આવ્યું હતું કે જો હું ઋષિકેશ ઝડપથી પહોંચું (કે જે ઉતરકાશીના રસ્તામાં આવતું હતું) તો હું તેહરી નગર તરીકે ઓળખાતા નગરની છેલ્લી બસ પકડવા માટે ખરેખર ભાગ્યશાળી બની શકું તેમ હતો.

આ માર્ગ લેવાનો નિર્ણય મેં કર્યો હતો, કારણ કે ‘કુંભ મેળા’ ઉત્સવના મુખ્ય મથકથી હું વધારે દૂર જાઉં તેમ હોટલની કિંમતો વધુ સસ્તી થાય

તેમ હતી.

ઋષિકેશ પહોંચ્યા બાદ મેં જાણ્યું હતું કે તેહરી તરફ જતી છેલ્લી બસ નીકળી ગઈ છે. આ બાબત ને વધુ ગંભીર બનાવતી વિગત મેં એ જાણી હતી કે ઋષિકેશમાં હોટલોની કિંમતમાં કોઈ જ ફેર ન હતો.

ઋષિકેશમાં બીજી રાત રોકાવા સિવાયની બીજી કોઈ જ પસંદગી મારી પાસે રહી ન હતી.

આ તે સમય હતો કે જ્યારે તે પરમ પાવન આત્મા દ્વારા મને અપાયેલ આશ્રમનું સરનામું યાદ આવ્યું હતું. સંજોગો દ્વારા ફરજ પડતા, કોઈપણ ખર્ચ વિના રાત વિતાવવાની આશાથી મેં આશ્રમ તરફની વાટ પકડી હતી.

આ આશ્રમ 'યોગ શ્રી પીઠ' તરીકે ઓળખાતો હતો અને ગંગા નદીની એકદમ નજીક આવેલો હતો. મને આશ્રમ ઉપર એવું કહેવામાં આવ્યું હતું કે તે પવિત્ર આત્મા હજુ આશ્રમ ઉપર પાછા ફરેલ નથી. આવું સાંભળતા જ, તેમની પાસે રહેવાની સગવડ માંગવી કે નહી તે બાબતે હું મૂંઝવણ અનુભવવા લાગ્યો હતો અને છેવટે આવું નહી કરવાનો નિર્ણય કર્યો હતો.

જેવો હું પાછો વળ્યો અને આશ્રમ થી દૂર ચાલવાની શરૂઆત કરી કે તરત જ મેં તે પવિત્ર આત્માને આશ્રમની દિશાના રસ્તામાં ચાલીને આવતા જોયા હતા. મેં હળવાશ અનુભવી હતી અને તે પાવન આત્માને મારા સંજોગો જણાવ્યા હતા. મને રાત માટે મહેમાન બનાવવા માટે તે પાવન આત્મા યથાર્થ રીતે દયાળુ બન્યા હતા.

બીજા દિવસે, હું ઉતરકાશી જવા માટે નીકળી ગયો હતો. ત્યારે મને થોડી ખબર હતી કે હું આ પવિત્ર આત્માને એકવીસ વર્ષ બાદ ફરીથી મળવાનો હતો!

આ ઘટનાના દસ કે અગિયાર વર્ષો બાદ મેં ફરીથી ઋષિકેશની મુલાકાત લીધી હતી. તે સમય સુધીમાં હું મારી કિશોરાવસ્થા માંથી મોટો થઇ ચુક્યો હતો અને મારી ઉમર તે સમયે પચ્ચીસ કે છવ્વીસ વર્ષની હોવી જોઈએ. મેં તે પરમ પાવન આત્માને મળવા જવાનો નિર્ણય કર્યો હતો પરંતુ કોઈપણ રીતે હું આશ્રમનું નામ અને તેનું ચોક્કસ સ્થાન યાદ કરી શક્યો નહોતો. જો કે થોડી શોધ અને પૂછપરછ બાદ હું આશ્રમનું સ્થાન શોધવામાં સફળ રહ્યો હતો. હું ત્યાં ગયો હતો અને તે પાવન આત્મા વિશે પૂછપરછ કરી હતી. મને એવું કહેવામાં આવ્યું હતું કે તે પાવન આત્મા હવે ત્યાં રહેતા નહોતા, અને તેના સરનામાં વિશે કોઈને જાણ નહોતી.હું નિરાશા સાથે ત્યાંથી નીકળી ગયો હતો.

મને તે પાવન આત્માને ફરીથી મળવામાં બીજા દસ કે અગિયાર વર્ષનો સમય લાગ્યો હતો., કે જ્યારે તેમણે ૨૦૦૭ માં હૈદરાબાદની મુલાકાત લીધી હતી. તે સમયે, સંયોગથી, હું પણ આ શહેરની મુલાકાતે આવ્યો હતો.

આ બીજી મુલાકાત દરમિયાનઆ પાવન આત્મા મને સિદ્ધ મહા યોગની

દીક્ષા આપવા માટે સહમત થયા હતા અને પછીના દિવસે સવારના ચાર વાગ્યાનો સમય નક્કી કર્યો હતો. મેં રાત્રિ મારા મિત્રના ઘરે વિતાવી હતી. અને નિયત કરાયેલ સમયે સવારમાં થોડી અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે તે પાવન આત્મા સમક્ષ મારી જાતને હાજર કરી હતી.

જ્યારે અમે ઓરડામાં ધ્યાનમાં બેઠા હતા ત્યારે આ પાવન આત્માએ દરેક વ્યક્તિના માથા ઉપર તેમનો હાથ મૂકીને ફેરા ફર્યા હતા.

દીક્ષાની પ્રક્રિયા બહુ જ ઝડપથી પૂરી થઇ હતી. મને કહેવામાં આવ્યું હતું કે દીક્ષાની શ્રેણી પૂર્ણ થાય તે પહેલા, મારે મારા ગુરુની સમક્ષ ત્રણ ક્રમિક દિવસોએ મારી જાતને હાજર કરવાની હતી. જ્યારે તેમના શરીરોમાં પ્રતિક્રિયાઓ બને છે ત્યારે નવા દીક્ષા પામેલ વ્યક્તિઓને પ્રત્યક્ષ નિરીક્ષણ હેઠળ રાખવાનું જરૂરી હતું.

પ્રથમ દિવસ ઉપર જ દીક્ષા કરાયા બાદ, મને મારા ગુરુ દ્વારા એક ‘મંત્ર’ આપવામાં આવ્યો હતો. મંત્ર એક સંસ્કૃત અક્ષર હતો કે જેના પુનરાવર્તનનો મારે મહાવરો કરવાનો હતો. મને એવું કહેવામાં આવ્યું હતું કે અમુક પ્રકારની પ્રતિક્રિયા મારા શરીરમાં પ્રગટ થવાનું શરૂ થઇ શકે છે અને આ પ્રતિક્રિયાને સંસ્કૃતમાં ‘ક્રિયા’ તરીકે ઓળખાતી હતી.મને કહેવામાં આવ્યું હતું કે ક્રિયા પ્રક્રિયા કર્મ કે ઈન્દ્રિયગમ્ય અભિવ્યક્તિઓ કે જે ભૂતકાળના કાર્યોના કારણે મારા મગજમાં સંચિત થયેલી છે તેને શુદ્ધ કરે છે. હું એવું માનતો નથી કે સંસ્કૃત શબ્દ ‘કર્મ’ને સમજાવવો જરૂરી હોય કારણ કે તે શબ્દને વ્યાપક રીતે સમગ્ર વિશ્વમાં સમજાવવામાં આવેલ છે.

મારા જીવનના આ તબક્કે હું અતિશય નાણાકીય સમસ્યાઓ તેમજ મારા લગ્ન જીવનમાં સમસ્યાઓનો સામનો કરી રહ્યો હતો.

મારા જીવનના તે સમયગાળા દરમિયાન જે સંજોગો હેઠળ હું જીવી રહ્યો હતો- જેની હું ચર્ચા કરવા માંગતો નથી - તેના કારણે, નિયમિત ધોરણે મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો કરવાનું મને મૂશ્કેલ લાગ્યું હતું. મને એક સમયે ફક્ત એક જ વાર તે કરવાની ટેવ હતી.

જોકે મારા ગુરુ મંત્ર જાપ વિષે નિયમિતપણે પૃછા કરતા હતા.

મેં દીક્ષા લીધી તેના સાત કે આઠ માસ બાદ મારા ગુરુએ મંત્રમાં પરિવર્તન કરેલ અને મને નવા મંત્રનો જાપ કરવા જણાવેલ. અહી, આ પરિવર્તન પાછળના કારણો હું વિગતવાર સમજાવવા માગું છું. જયારે યોગ સાધકના મનની પરિસ્થિતિમાં ફેરફાર થાય ત્યારે મંત્ર માં પરિવર્તન કરવાની આવશ્યકતા ઉભી થાય છે. યોગ સાધકના મનની પરિસ્થિતિમાં થયેલ ફેરફારથી ગુરુ હમેશા જાણકાર હોવાથી તેઓ જરૂરી પરિવર્તન કરવા માટે સક્ષમ છે. તેથી તેઓ યોગ સાધનની ટેકનીકમાં પણ આવશ્યકતા અનુસાર પરિવર્તન કરી શકે છે.

આ સમયના બિંદુ ઉપર, હું મારા વ્યવસાયિક જીવનમાં અને લગ્ન જીવનમાં એકદમ વધારે સમસ્યાઓનો સામનો કરી રહ્યો હતો અને મારી નાણાકીય

સ્થિતી ગંભીર બની હતી.

નોકરીમાં બઢતીની તક ચુકી જવાથી મારી કારકિર્દી પણ રૂંધાઇ ગઇ હતી. મારા અને મારી પત્ની વચ્ચેના મતભેદોના કારણે મારા બીજા લગ્ન તૂટવવાની અણી ઉપર હતા. શેર બજાર અને વિવિધ અન્ય ઓનલાઇન ધંધાકીય સાહસોમાં નુંક્શાનીઓ વેઠ્યા બાદ હું એક મોટા દેવાની જાળમાં ફસાઇ ગયો હતો

મારા દેવાની રકમની ચુકવણી કરવામાં મેં કસૂર કે ચૂક કરવાનું શરૂ કર્યું હતું અને લેણદારોએ મને હેરાન કરવાનું શરૂ કર્યું હતું.

તેથી, મારા ગુરૂએ મને આ નવો ‘મંત્ર’એક પ્રતિકારક પગલા તરીકે અથવા મારી વ્યક્તિગત જિંદગીમાં ખરાબ થતી જતી સ્થિતિઓ સામે રક્ષા તરીકે આપ્યો હતો.

જો કે તેમ છતા મારા સંજોગોના કારણે હું હજુ પણ કોઈપણ રીતે કોઈપણ નિયમિત મહાવરો કરી શક્યો નથી.

અચોક્કસતા અને નિરાશા કે જેનો હું અનુભવ કરી રહ્યો હતો તે બીજા સાત અથવા આઠ મહિના ટકી હતી.

આ સમય અનુસાર, મારી સ્થિતિ પણ સુધારની કોઈપણ આશાથી ઘણી દૂર હતી. નકારાત્મક વિચારોએ મારા મગજ ઉપર પકડ જમાવવાનું શરૂ કર્યું હતું.

મેં મરવા માટેની સહુથી સરળ રીત અંગે વિચારવાનું શરૂ કર્યું હતું અને આ માટેના વિવિધ વિકલ્પો અને ઈન્ટરનેટ ઉપર શોધ કરતો હતો.

મારા જીવનના આ તબક્કે હું માત્ર શક્ય હોય તેટલું લાંબુ મારી જાતને જીવંત રાખવાની જ ઈચ્છા ધરાવતો હતો. મને એવું લાગ્યું હતું કે જગત મારી વિરુદ્ધમાં હતું.

સમયના આ બિંદુએ, મારી સમસ્યાઓમાં વિશેષ ઉમેરો કરતા, નિભાવ ભથ્થા તરીકે મારા પગારના એક મોટા ભાગને મંજૂર કરાવા સાથે હું મારી બીજી પત્નીથી છૂટો પડ્યો હતો. દેવાની મોટી રકમ થી ઘેરાઈને હું એકલો અટૂલો પડી ગયો હતો.

મારા દેવાની રકમની ચુકવણી કરવામાં મેં કસૂર કે ચૂક કરવાનું શરૂ કર્યું હતું અને લેણદારોએ મને હેરાન કરવાનું શરૂ કર્યું હતું.

આમ, હું ભાવનાત્મક રીતે નબળો પડી ગયો હતો અને સતતપણે જીવનના દરેક ક્ષેત્રોમાં દુન્વયી સમસ્યાઓ સાથે અસહ્ય ઘર્ષણ ને આધીન બન્યો હતો.

આ સંજોગો હેઠળ,મારા ગુરુએ ફરી એક વખત મારા માટે મંત્ર બદલ્યો હતો.

મારા વાસ્તવિક અસ્તિત્વ માટે લડતા લડતા- છેવટે મેં નિયમિતપણે આ નવા મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો કરવાનું શરુ કર્યું હતું-અમુક રીતે કરો યા મરોની ભાવનાથી.

આ ત્રીજી વખતે, મહાવરો લગભગ પાંચ થી છ મહિનાઓ સુધી ચાલ્યો હતો.

મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો કરવા સાથે, શ્વાસના રોકવાના આધારે યોગના અંગવિન્યાસ કે ટેકનિકનો મહાવરો કરવાની મારા ગુરુએ મને સૂચના આપી હતી.આ યોગના અંગ વિન્યાસ કે ટેકનિક ને યોગના લખાણમાં શન્મુખી શંમુખી મુદ્રા કહે છે.

આ અંગવિન્યાસમાં સાથે સાથે આંખો, કાન, નશ્કોરા અને મોઢાને બળપૂર્વક બંને હાથોની મદદ વડે બંધ કરવાનો સમાવેશ થાય છે. ચહેરા સંબંધિત બધા જ છિદ્રોને બંધ કરવા માટે હાથની દસે દસ આંગળીઓનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. નાક મારફત ફેફસાઓને ભરી લીધા બાદ અંદરની બાજુએ શ્વાસને રોકવામાં આવે છે અને શક્ય બને તેટલા લાંબા સમય સુધી રોકી રાખવામાં આવે છે.

મને મારા કપાળના ભાગની નજીકની જગ્યામાં, મારા મગજમાં સૂર્ય સમાન તેજસ્વી અને શક્તિશાળી સફેદ પ્રકાશ જોવા મળતો હતો. થોડી સેકન્ડો બાદ,મારા મોઢા મારફત શ્વાસને ધીમે ધીમે છોડવા હું ટેવાઈ ગયો હતો. જો કે શ્વાસના ચક્રનું ફરી એકવાર પુનરાવર્તન કરવાના હેતુથી મારી આંખોને બંધ રાખીને અંગ વિન્યાસમાં રહેવાનું ચાલુ રાખવા હું ટેવાઈ ગયો હતો. આ અંતરાલ દરમિયાન, તેજસ્વી પ્રકાશને વાદળી,લાલ,પીળો વગેરે રંગોમાં બદલતો જોવાની મને ટેવ હતી.તેની ચોક્કસ શ્રેણી મને યાદ આવતી નથી.

મને મારા ગુરૂ દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હતું કે આ પ્રકાશના દર્શન જે લોકો આ યોગની ટેકનીકનો અનુસરણ કરે છે તેમને ખૂબ સરળતાથી થતા નથી.

મગજમાં પ્રકાશના દર્શન એ યોગના મહાવરામાં થઇ રહેલ સારી પ્રગતિ સૂચવે છે.

યોગના અંગવિન્યાસનો મેં મહાવરો કર્યો તે મહિનાઓ દરમિયાન, મેં જોયું કે દિવસ દરમિયાન હું હંમેશા નિર્જલીકૃત હોવાનો અનુભવ કરતો હતો. મને એવું કહેવામાં આવ્યું હતું કે તે પ્રકાશ હતો કે જે મને નિર્જલીકૃત રહેવા માટે નિમિત બનતો હતો અને યોગ વિદ્યાગુરૂ માંથી એક ગુરૂએ મારા ભોજન સાથે ગાયના ઘીનો ઉપયોગ કરવાની મને સલાહ આપી હતી. મેં ગાયના ઘીનો ઉપયોગ કરવાનું શરૂ કર્યા બાદ હું નિર્જલીકરણની સમસ્યાને મહાત કરી શક્યો હતો!

આ યોગ ટેકનિકમાંથી મેળવાયેલ ફાયદાઓ તેની આડ અસરોના પ્રમાણમાં ઘણા વધારે હતા. આથી, યોગ અંગ વિન્યાસ નો આ મહાવરો કરવા

સમયે, વ્યક્તિએ કોઈપણ પ્રકારની શંકા કે ભય રાખવી જોઈએ નહી.

તેમ છતા, જેમને આ યોગ અંગ વિન્યાસનો મહાવરો કરવાનું જ્ઞાન નથી તેવા બધા જ વાચકોને એક યોગ્ય અને સક્ષમ યોગ વિદ્યા ગુરૂ પાસે માર્ગદર્શન લીધા વિના, આ ટેકનિકનું અનુસરણ નહી કરવાની હું સલાહ આપું છું.

એક દિવસ મારા ગુરૂએ ઋષિકેશમાં આવેલ યોગ શ્રી પીઠ આશ્રમની મુલાકાત લેવાનો નિર્ણય કર્યો હતો. પરમ પાવન ગુરૂએ મારો સંપર્ક કર્યો અને જો શક્ય બને તો ત્યાં તેમને મળવાની મને સૂચના આપી.

મારા જીવનના આ તબક્કે હું જમ્મુ અને કાશ્મીર રાજ્યમાં આવેલ શ્રીનગર શહેરમાં રહેતો હતો.

મેં શ્રીનગરથી ઋષિકેશ તરફ વાહન હંકારીને જવાનો નિર્ણય કર્યો હતો. અહી, મને વાચકને એ વાતની માહિતી આપવાનું ગમશે કે શ્રીનગર અને ઋષિકેશ નગર બંને હિમાલયની તળેટીમાં આવેલા છે, જો કે તેઓ એક બીજાથી લગભગ પાંચસો કે છસ્સો કિલોમીટર ના અંતરે આવેલા છે. હિમાલયની પર્વતમાળાની તળેટી આગળનો આ સાંકડો પટ્ટો ભારતમાં શક્તિનું પૂજન કરનારા માટે શક્તિ પૂજા કેન્દ્રોની એક હારમાળાના ઘર સમાન છે.

ભારતમાં ‘શક્તિ પંથ’ ના સંપ્રદાય અથવા શક્તિનું નું પૂજન કરનારાઓનાં પંથ મુજબ મેં થોડી જાણીતી ‘શક્તિ પીઠ’ અથવા શક્તિ પૂજા કેન્દ્રોની મુલાકાત લીધી હતી. ઋષિકેશના માર્ગમાં આવેલ બધા ઉર્જા કેન્દ્રોને પ્રણામ કર્યા બાદ, છેવટે હું નગરમાં પહોંચ્યો હતો અને મારા ગુરૂને મળ્યો હતો જેઓ પહેલાથી જ ત્યાં પહોંચ્યા હતા અને મારી રાહ જોઈ રહ્યા હતા.

અમે આશ્રમ ઉપર થોડા દિવસો સુધી રોકાયા બાદ મારા ગુરુએ ગંગોત્રી-કે જે હિમાલયની પર્વતમાળામાં સહેજ ઊંડું હતું તેની મુલાકાત લેવાનો નિર્ણય કર્યો હતો – અને મને કહ્યું હતું કે હું તેમની સાથે જવાનો હતો. હિમાલયમાં ગંગોત્રીના હિમ પ્રવાહોમાંથી ભારતની પ્રસિદ્ધ નદી ગંગા ઉદભવે છે. નાનકડું નગર ગંગોત્રી –કે જેને ‘ગૌમુખ કે ગાયનું મોઢું’(સંસ્કૃતમાં આવો તેનો શાબ્દિક અર્થ થાય છે) કહેવામાં આવે છે તે નદીના ઉદગમ સ્થાનના બિંદુએથી લગભગ સોળ કિલોમીટર દૂર આવેલું છે.

મારા ભાવિ ગુરુને મળ્યો તે પછીના એક વર્ષ બાદ –ગંગોત્રીના હિમપ્રવાહ ઉપર એક સોળ વર્ષના બાળક તરીકે પર્વતારોહણમાં મારા પાયાના પાઠો મેં મેળવ્યા હોવાથી હું આ પ્રદેશથી પરીચિત હતો.

આ પ્રકરણની શરૂઆતમાં મેં વર્ણન કર્યું છે તે મુજબ વાચકોને મારા ગુરુ સાથેની મારી પ્રથમ મુલાકાત કદાચ યાદ હશે. ઉતરકાશી તરીકે ઓળખાતા નગર તરફના મારા રસ્તા ઉપર હું હતો.આ નગર ઋષિકેશ અને ગંગોત્રી વચ્ચે મધ્યમાં આવેલું છે.તેથી મારા ગુરુ સાથે ઋષિકેશથી ઉતરકાશી નગર વચ્ચેથી

પસાર થઈને છેવટે ગંગોત્રી નગરમાં હું વાહન ચલાવીને પહોંચ્યો હતો.

આ સફર દરમિયાન ,મારા ગુરુ સાથે વિશેષ વિગતમાં સિદ્ધ મહા યોગ વ્યવસ્થાનાં અનેક પાસાઓ અંગેની ચર્ચા કરવા બાબતે મને પુષ્કળ સમય મળ્યો હતો. આ વાર્તાલાપની વિગતોની અંદર હું પડીશ નહી અને મારી જાતને આપણી વાતચીતના મહત્વપૂર્ણ ભાગ,કે જે હવે પછીના થોડા સપ્તાહો માટે મારા જીવનમાં મહત્વપૂર્ણ સાબિત થવાનો હતો,તેના પૂરતી સીમિત રાખીશ.

હવે પછીના ફકરાઓમાં, જે કાઈ બન્યું હતું તેના વિશે વાંચ્યા બાદ મારા ગુરુ સાથેની ગંગોત્રીની આ સફરના મારા વર્ણન માટેનું કારણ વાંચકો સમજશે.

અમારી ચર્ચા શારીરિક પૂજન કરતા માનસિક પૂજન કરવાના ગુણો ઉપર વધુ કેન્દ્રિત હતી.

જો મન ખરેખર શરીર કરતા ચઢિયાતું હોય, કે જે બાબત સમગ્ર વિશ્વમાં વિજ્ઞાન અને ધર્મ બંને દ્વારા લોકપ્રિય રીતે સ્વીકારવામાં આવી છે , તો પછી શારીરિક પૂજનના બદલે માનસિક પૂજન શા માટે ના કરવું? એટલે કે શારીરિક રીતે કાર્ય કરવાને બદલે, કાર્યના સંપૂર્ણ ક્રમમા મનોચિત્રણ કરીને માનસિક રીતે શા માટે ઈશ્વરને ફૂલો અર્પિત ના કરવા?

મન શરીરથી ચઢિયાતું હોવાથી,માનસિક રીતે કરાયેલા કાર્ય શારીરિક રીતે કરેલા કાર્ય કરતા ચઢીયાતા હોવા જરૂરી છે.આ તે પ્રશ્ન છે કે જે મેં મારા ગુરુ સમક્ષ મૂક્યો હતો.

મારા ગુરુએ ત્વરિતપણે એમ કહીને જવાબ આપ્યો હતો કે માનસિક પૂજન એ શારીરિક પૂજનથી માત્ર ચઢિયાતું જ નથી પરંતુ અનેકગણું વધારે શક્તિશાળી પણ છે. પાવન આત્માએ આગળ ઉમેરતા જણાવ્યું હતું કે મનોચિત્રણની સમસ્યાના કારણે લોકો ને માનસિક રીતે મહાવરો કરવાનું મૂશ્કેલ લાગે છે.આથી મોટા ભાગના લોકો શારીરિક પૂજનના શરણે ચાલ્યા જાય છે.

આ ચર્ચાના અંતે, મેં મારા ગુતુને પૂછ્યું હતું કે શું હવેથી હું ધાર્મિક પૂજન શારીરિક કરતા વધુ માનસિક રીતે કરી શકું કે નહી.મારા ગુરુએ મને આશિર્વાદ આપ્યા હતા અને મને આગળ વધવાની સૂચના આપી હતી.મારા ગુરુ તરફથી મળેલ આ મંજૂરી સાથે,મેં નિર્ણય કર્યો હતો કે તે દિવસથી આગળ હું ધાર્મિક પૂજન હવેથી મારા મગજ દ્વારા જ કરીશ.

ઋષિકેશની મારી સફરમાંથી પાછા ફર્યા બાદ, દેવ અને દેવીઓ સમક્ષ અગરબતી વગેરે પ્રગટાવીને શારીરિક રીતે પૂજન કરવાને બદલે માનસિક પૂજન સાથે મારા મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો કરવાનું શરૂ કર્યું હતું.

મેં ઉપરના ફકરાઓમાં જે કાઈ લખ્યું છે તે મગજની વાંધો ઉઠાવવાની લાક્ષણિકતા કે જે મારા જીવનમાં ફેલાવાની શરૂઆત થઈ હતી, તેને સમજવા માટે

જરૂરી છે.

મારા ઋષિકેશથી પરત આવ્યા બાદ,હું ફરીથી કરો યા મરો ના જુસ્સામાં આ માનસિક પૂજન કરવાના શરણે ગયો હતો .મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો માત્ર થોડા અઠવાડિયાઓ સુધી જ ચાલ્યો હતો.ત્યારબાદ મારા શરીરમાં ક્રિયાની શરૂઆત કે પ્રતિક્રિયાઓના પ્રગટીકરણના કારણે હું મંત્રનો મહાવરો કરી શક્યો ન હતો.

કુંડલિની કે જે સર્વોચ્ચ પ્રાચિન કાળની બ્રહ્માંડીય ઉર્જા છે, તેણે મારા ગુરુ મારફત મારા ઉપર દૈવી આશિર્વાદ વરસાવ્યો હતો !

તેથી,અત્યાર સુધીમાં વાંચકને અંદાજ આવી ગયો હશે કે ક્યા પ્રકારની શક્તિશાળી અજ્ઞાત તાકાતો મારા માનસ પટ્ટ ઉપર હતી,અને મારા ગુરુએ મારા શરીરમાં ક્રિયાનું પ્રગટીકરણ કરવા માટે કેવી રીતે આ શક્તિઓનો સારો ઉપયોગ કર્યો હતો.

જ્યારે ૨૦૦૭નાં વર્ષમાં સીધ્ધ મહા યોગમાં મને દીક્ષા આપવામાં આવી હતી, ત્યારે મારા અજ્ઞાત મનના શક્તિશાળી પ્રતિકારના કારણે ક્રિયા તત્કાલ શરૂ થઇ નહોતી. તેથી, મારા ગુરુએ સરળ પ્રલોભનોનો ઉપયોગ કર્યો હતો. મારા અંગત જીવનની ખરાબ થતી જતી પરિસ્થિતિ આ માટે જરૂરી એવી ઉચિત પ્રકારની સ્થિતી હતી, અને મારા ગુરુ એ ‘મંત્ર’નો પ્રલોભન તરીકે ઉપયોગ કર્યો હતો. મંત્ર અને મારા અજ્ઞાત મન વચ્ચે ઘર્ષણ ના પરિણામે ,ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થયું હતું, અને તે પણ મેં માનસિક આરાધના શરુ કર્યા બાદ. જો કે બધું ગોઠવાવા માટે ઉચિત પ્રકારની પરિસ્થિતિઓ માટે લગભગ બે વર્ષનો સમય લેવાયો હતો.

@shehnusarnamu

પુસ્તકના પછીના પ્રકરણોમાં હું જેની વિગતે ચર્ચા કરીશ તે મુજબ, આ પ્રકારનો વિલંબ દરેક મહાવરો કરનાર માટે ન બને તેવું બની શકે છે. મારા મગજમાં પૂરતી સ્થિતીઓના અભાવના કારણે, મારા ગુરુએ ઘણું કરીને એકદમ ઘણી વધારે શક્તિઓનો ઉપયોગ કરવાનું ઈચ્છ્યું નહોતું.

‘મંત્ર’ એ મારી અંગત જિંદગીમાં સ્થિતિઓને કેવી રીતે હકારાત્મકતાથી પ્રભાવિત કરી હતી તે એક બીજી વાર્તા છે. હું જે કાઈ કહી શકું તે એ છે કે તેણે મારી અંગત જિંદગીમાં ખરેખર ચમત્કારો સર્જ્યા હતા,ખાસ કરીને નાણાકીય મોરચા ઉપર. જો કે દૈવી આશીર્વાદના વરસાદની સાથે જ્યારે તુલના કરવામાં આવે ત્યારે આ બાબત વધારે મહત્વની ન હતી!

ક્રિયાનું પ્રગટીકરણ

એક મંગલકારી સાંજે, ૨૦૦૯ની સાલમાં કોઈક સમયે પાનખર ઋતુ દરમિયાન, શક્તિપાત દ્વારા સિદ્ધ મહા યોગમાં મારી દીક્ષાના બે વર્ષો બાદ છેવટે મારા શરીરમાં ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થયું હતું.

ધ્યાનની બેઠકમાં,દિવ્ય સ્ત્રી આકારની એક આકૃતિની સામે પગ ઉપર પગ ચઢાવીને હું બેઠો હતો અને મારા મંત્રનું પુનરાવર્તન કરી રહ્યો હતો. મારી આંખો બંધ હતી અને મારી સામે રાખેલી દિવ્ય સ્ત્રી આકારની આકૃતિ ઉપર મારું ધ્યાન કેન્દ્રિત હતું (મગજના અવકાશમાં).

મંત્ર અને સંબંધિત દેવીની વિગતો નહી આપવા માટે વાંચકો મને માફ કરે. આ વિગતો સહેતુક લખવામાં આવી નથી કારણ કે તે વિગતો માત્ર મારા કિસ્સામાં જ વિશિષ્ટ હેતુ ધરાવવા માટે છે. ઉપરાંત, તેમને કોઈપણ ત્રીજી વ્યક્તિ સમક્ષ પ્રગટ કરી શકાતી નથી. કોઈપણ કિસ્સામાં તે યોગ ની સાધના કરનાર માટે કે સામાન્ય વાંચક માટે કોઈ જ ઉપયોગની નથી. જરૂરી દીક્ષા સાથે કોઈપણ વ્યક્તિને મંત્ર જો ન અપાયેલ હોય તો તે કોઈપણ વ્યક્તિ માટે સરળ રીતે કામ કરશે નહી.

એકાએક ,મારા શરીરમાં અમુક પ્રકારનો તીવ્ર જાતિય આવેગ થતો હોવાનો અનુભવ થવાની શરૂઆત થઇ હતી. અતિશય આદરભાવ અને નિરાશા સાથે દિવ્ય સ્ત્રી સ્વરૂપની આકૃતિ ઉપર મારું ધ્યાન કેન્દ્રિત થવા સાથે,મેં ભયની સ્થિતિમાં પ્રવેશવાનું શરૂ કર્યું હતું.તરત જ ,માનસિક રીતે તેને દબાવવાના જબરજસ્ત પ્રયત્ન કરવા છતાં,જાતિય આવેગ પૂર્ણ રૂપે વધ્યો હતો.

@shehnusarnamu

હવે, વાસ્તવિક આઘાતની વાત આવે છે!

વર્ણવી ના શકાય અને સહી ના શકાય તેવા દીવ્યાનંદની અનુભૂતિ મારી ગુદા અને જનનાંગ વચ્ચેના ભાગમાં થવાનું શરૂ થયું હતું.

આ સમયે,મંત્રની પુનરોક્તિ કરવાનું મેં અટકાવી દીધું હતું.

હું ભયગ્રસ્ત બન્યો હતો. મેં એવું અનુભવ્યું હતું કે મારા મગજ દ્વારા મારી ઉપર એક પાપને લાદવામાં આવ્યું હતું. જનનાંગના ભાગ નજીક પ્રગટ થતી પ્રતિક્રિયા ઉપર કોઈપણ રીતે અંકુશ ધરાવવા માટે હું અસમર્થ હતો. આનંદ અને દિવ્યાનંદ કે જે તરંગોમાં ઉદ્ભવી રહ્યો હતો તેના અનુભવને અટકાવવામાં હું અસમર્થ હતો. થોડા વધુ સમય માટે ત્યાં બેસવાનું મેં ચાલુ રાખ્યું હતું. આનંદ અને દિવ્યાનંદ કે જે મેં અનુભવ્યો હતો તે કોઈ વાર એટલો ગહન હતો કે તે અતિશય અસહ્ય બનતો હતો.વાસ્તવિક અનુભવને શબ્દોમાં મૂકવાનું મારા માટે મૂશ્કેલ છે.

જો કે એકદમ તેના જેવી નહી તો પણ જે ઉતેજનાઓ મેં અનુભવી હતી

તે જાતિય ચરમ સીમા અનુભવવા જેવી હતી.

જો કે ઉતેજનાઓ જાતિય અંગમાંથી આવતી ન હતી, તોપણ અવયવનો સોજો થયો હતો અને તેના પછી એક કે બે ટીપા વિર્યનું સ્ખલન થયું હતું.

ઉતેજનાઓ ગુદા અને જનનાંગો વચ્ચેના કેન્દ્રમાં કેન્દ્રિત થયેલી હતી.

ઉત્પન્ન થયેલ પરમ આનંદ એક ધારો ન હતો. તે મધ્યમ થી લાંબા આવેગના સ્વરૂપનો હતો. આનંદનો આવેગ એક ચોક્કસ બિંદુમાંથી અનુભવાતો હતો. અનુભવની મુખ્ય ક્ષણ એ હતી કે જેવો ઉર્જાનો ફુવારો છૂટ્યો હતો કે તે અસહ્ય બનવાનું શરૂ થયું હતું અને ધીમે ધીમે તે અદ્રશ્ય થયો હતો. થોડી સેકન્ડો બાદ ઉર્જાનો બીજો આવેગ છૂટ્યો હતો. દરેક વખતે બાજુના ભાગમાં વર્તુળાકાર તરંગ જેવી રીતે દિવ્યાનંદ ફેલાયો હતો.કમ સે કમ,આ તે બાબત હતી કે જેના જેવો તે અનુભવ હતો.

પંદર થી વીસ મિનીટ બાદ (જો કે સચોટ રીતે હું તે યાદ કરી શકતો નથી),પ્રતિક્રિયાઓ ઓછી થવાની શરુ થઇ હતી અને મેં તરત જ મારો મોબાઈલ ફોન લીધો હતો અને મારા ગુરુને લગાડ્યો હતો.

મારા ગુરુએ ખાતરી આપી હતી કે ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થયું છે અને ડરવાનું કોઈ જ કારણ નથી.તેમણે મને સલાહ આપી હતી કે જ્યારે પ્રતિક્રિયાઓ પ્રગટીકરણની પ્રક્રિયામાં હોય ત્યારે માનસિક રીતે તેમને રોકવાનો કોઈ જ પ્રયાસ કરવો નહી.

આ એ રીત છે કે જેનાથી બધી જ ઈન્દ્રિયગમ્ય અભિવ્યક્તિઓથી મગજને વિશુદ્ધ કરવાની પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે.સૌથી સર્વોચ્ચ એવી આદિકાળની બ્રહ્માંડીય ઉર્જા તેની સુષુપ્ત અવસ્થામાંથી જાગે છે અને વ્યક્તિના મનની ઘાતક્રિયા કે વિનાશનું સર્જન કરતી ઉલટી રીતમાં જાય છે. અહી

વાંચકને વિનંતી કરવામાં આવે છે કે તે મારા પ્રકરણો પૈકીના એક પ્રકરણમાં મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થાના મારા વર્ણનને ટૂંકમાં યાદ કરે.પ્રથમ ઉર્જા કેન્દ્રમાં કુંડલિની ઉર્જા સક્રિય થયા બાદ વિવિધ ઉર્જા કેન્દ્રો સાથેની મગજ અને કરોડ સંબંધિત વ્યવસ્થા સંપૂર્ણ રૂપે સક્રિય થાય છે.પરીણામે, મગજ સહીતના શરીરના ખૂણે ખૂણામાં અસર અનુભવાય છે.યોગના લખાણો મુજબ ,માનવ શરીર એ મૂળભૂત રીતે મગજની જ મૂર્ત કલ્પના છે.કા તો ગૂઢ એવા શરીરના ચેતા કોશો કે જેને નાડી (યોગના લખાણો મુજબ) કહેવામાં આવે છે, તેને મગજને પ્રભાવિત કરવા માટે સાફ કરવામાં આવે છે અથવા મગજને પોતાને જ શરીરના ચેતાકોશોને પ્રભાવિત કરવા માટે સાફ કરવામાં આવે છે.સમગ્ર પ્રક્રિયા એક સાથે પણ બની શકે છે.તે બધી બાબત મગજના બંધારણ ઉપર આધાર રાખે છે અને કેવી રીતે આદિકાળની ઉર્જા તેને સાફ કરવા માંગે છે ,જેથી કરીને લાખો જન્મો દરમિયાન તેના ઉપર નોંધાયેલ બધી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓથી તે

સાફ થઇ જાય છે.હું વિષયને પ્રકાશિત કરવા માટે લાખ શબ્દનો ઉપયોગ કરી રહ્યો છું.કોઈ વ્યક્તિ એ કહી શકે તેમ નથી કે ભૂતકાળમાં તે કેટલા જન્મોમાથી પસાર થયો છે.

આ પ્રકારના અનુભવો ત્યાર પછી પણ ચાલુ રહ્યા હતા.

દરેક દિવસે મારા મંત્રની પુનરોક્તિ કરવા માટે હું જમીન ઉપર બેસતો અને આવી જ પ્રતિક્રિયા મારા શરીરમાં પ્રગટ થતી હતી.આવું ત્રણ થી ચાર મહીનાઓ સુધી ચાલુ રહ્યું હતું.

ક્રિયાના પ્રગટીકરણની પ્રક્રિયા ખૂબ આનંદદાયક હોવાથી ,દરરોજ ખૂબ ગહન રસ સાથે મારા મંત્રના પુનરાવર્તનનો મહાવરો કરવાની મને આદત પડી ગઈ હતી.મારા શરીરમાં કુંડલિની ઉર્જાની જાગૃતિના પરિણામ બાદ પ્રારંભિક સપ્તાહો દરમિયાન હું યોગમાં ઝડપી પ્રગતિ કરી રહ્યો હતો.

જાન્યુઆરી ૨૦૧૦માં, હું હિમાલયની તળેટીમાં આવેલ જાણીતા ઉર્જા કેન્દ્ર વૈષ્ણવ દેવી નજીકના એક સ્થાને આવ્યો હતો. ત્યાં,રોજીંદા ક્રમ મુજબ મારા ધ્યાનનો મહાવરો કરવાનું મેં શરૂ કર્યું હતું પરંતુ જોયું હતું કે એક અલગ પ્રકારની ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થયું હતું.

આ અનુભવનું વર્ણન કરતા પહેલા ,હું જેમાંથી પસાર થયો હતો તેવો અન્ય મગજમાં ખલેલ ઉત્પન્ન કરનારા અને અતાર્કિક અનુભવથી વાંચકોને હું પરિચિત કરવા માંગુ છું, કે જે મને સિદ્ધ મહા યોગ વ્યવસ્થામાં દીક્ષા આપવામાં આવી હતી તેના કેટલાક વર્ષો પહેલા બન્યો હતો.

આ અનુભવ સાથે ,બીજા ઘણા અનુભવો થયા છે કે જેના ઉપર આ પુસ્તકમાં પાછળથી હું પ્રકાશ પાડીશ. જો કે હું તે બાબત સમજાવી શકતો નથી કે યોગની વ્યવસ્થામાં મને દીક્ષા આપવામાં આવી હતી તે પહેલા શા માટે આ અનુભવો ઉદભવ્યા હતા.

એ શક્ય છે કે આ યોગ ની વ્યવસ્થામાં મને દીક્ષા અપાઇ ચુકી હોય અથવા મારી ભૂતકાળની જિંદગીમાં કદાચ કોઈ બીજા પ્રકારની યોગ વ્યવસ્થાનો મેં મહાવરો કર્યો હોય તેવું બની શકે છે.હું ખાતરી પૂર્વક આ કહી શકતો નથી અને વિનમ્રતાપૂર્વક તે બાબત નક્કી કરવાનું મારા ગુરુ ઉપર છોડી દઉં છું.

હું મારા અગાઉના જન્મો વિશે કાઈ જ જાણતો નથી પરંતુ કદાચ મેં જે કાઈ અનુભવ્યુ હતું તે મારા અગાઉના જન્મ ઉપરથી આગળ ખેંચાઈને આવ્યું હતું.મગજને હચમચાવી નાખતી વિલક્ષણતા કે જે મેં અનુભવી હતી તેના માટે હું બીજી કોઈ તાર્કિક સમજણ વિચારી શકતો નથી.

જ્યારે આ વિલક્ષણતા મારા જીવનમાં પ્રગટવાનું શરૂ થયું હતું ત્યારે હું લગભગ ત્રીસ કે એકત્રીસ વર્ષની ઉંમરનો હતો.

મારા વ્યવસાયના કારણે હું હિમાલયની પર્વતમાળાના અંતરિયાળ જંગલોમાં રહેતો હતો.એક દિવસ ચિંતનાત્મક અવસ્થામાં હું બેઠો હતો અને મારી આંખો બંધ હતી. મેં મારી જાતને મગજમાં કાળી જગ્યાને ધારીને જોવાનું અનુભવ્યું હતું. એકાએક આ અંધકારમાં અમુક પ્રકારની ગતિવિધિનું નિરીક્ષણ મેં કર્યું હતું.આ દ્રશ્ય આકાશમાં ધુમાડાવાળા વાદળાને મળતું આવતું હતું.જ્યારે આ વિલક્ષણતાનું નિરીક્ષણ કરવાનું મેં શરૂ કર્યું ત્યારે શરૂઆતમાં હું ભયભીત બન્યો હતો.જો કે,મારી આંખોમાં જ્યાં સુધી પીડા થવાનું શરુ થયું નહી ત્યાં સુધી મેં ત્યાં બેસવાનું ચાલુ રાખ્યું હતું અને થોડા વધુ સમય માટે ઘટનાનું અવલોકન કર્યું હતું.

આવા જ પરીણામો સાથે,સાંજના મેં આ જ ઘટના સાથેનો ફરી પ્રયોગ કર્યો હતો.પછીના દિવસોમાં,આવા જ પ્રકારના કેટલાક જુદા પ્રકારના દ્રશ્યો મેં અનુભવ્યા હતા. ધુમાડાવાળા વાદળાઓ અસંખ્ય આકારો અને કદમાં દેખાયા હતા.

આકાશમાં ફરતા વાદળાઓનું દર્શન ત્યાર પછીના વર્ષો સુધી મારા જીવનમાં ચાલુ રહ્યું હતું.જો કે,નવા દ્રશ્યો દેખાવાનું પણ શરૂ થયું હતું.

એક દિવસ હું મારી પથારીમાં પડ્યો હતો અને હજુ હમણાં જ ઊંઘમાંથી જાગ્યો હતો.મારી આંખો ખુલ્લી હતી અને હું મારી ડાબી બાજુએ પડી રહ્યો હતો.મારો ઓરડો સંપૂર્ણપણે અંધકારભર્યો હતો.

એકાએક મને મારી પોતાની અરીસામાં દેખાતી આકૃતિના દર્શન થયા હતા. આકૃતિ એજ અંગવિન્યાસમાં મારી પથારીથી થોડા ગજ દૂર પડી રહી હતી અને મારી તરફ જોઈ રહી હતી. જો કે, આકૃતિ નગ્ન હતી અને થોડે અંશે વિરૂપ થયેલી દેખાતી હતી.આ દ્રશ્ય માત્ર થોડી સેકન્ડો પુરતું ટક્યું હતું.હું મૃત્યુના વિચારે ભયભીત બન્યો હતો. આ અનુભવ બાદ, મેં મારા ઓરડાની લાઈટો ચાલુ રાખીને સુવાની શરૂઆત કરી હતી.

ત્યાર પછીનો વિશિષ્ટ અનુભવ કે જે આ આછી મને થયો હતો તે સ્ત્રીનો ચહેરો અને આંખોની જોડનો થયો હતો.આ દ્રશ્ય ફરી કેટલાક વર્ષો સુધી ટક્યું હતું.દરેક વખતે ,હું મારી આંખો બંધ કરતો હતો અને મારા મગજના અવકાશમાં ડોકિયું કરતો હતો,જ્યાં સ્ત્રીના ચહેરાનું આ દર્શન દેખાતું હતું.હું ક્યારેય ચહેરાને ઓળખી શક્યો નહોતો અને કોઈક વખતે તે વિરૂપ હોવાનું પણ જણાતું હતું.

ઉપરના બે પ્રારંભિક દ્રશ્યો સિવાય,મેં બીજા અસંખ્ય પ્રકારના દ્રશ્યોનું અવલોકન કર્યું હતું , કે જેના ઉપર હું પાછળથી આ પુસ્તકમાં વિગતે પ્રકાશ પાડીશ.

હું હવે ક્રિયાના પ્રગટીકરણનું વર્ણન કરીશ, કે જેના ઉપર હું અગાઉ વર્ણન કરવા માંગતો હતો.

એક દિવસ રોજના નિયમ મુજબ હું પલાંઠી વાળીને બેઠો હતો અને

ધ્યાન કરી રહ્યો હતો. મેં મારા મનના અવકાશમાં એક ઊલટી ત્રિકોણાકાર સ્વરૂપની આકૃતિ જોવાનું શરૂ કર્યું હતું. તે રંગે ગુલાબી હોવાનું જણાયું હતું, કારણ કે મારું ધ્યાન તેના સ્વરૂપ ઉપર કેન્દ્રિત થયેલું હતું. તે તુરંતજ અંત:વસ્ત્રોથી ઢંકાયેલ સ્ત્રીના જનનાંગ અવયવના રૂપે પ્રગટ થવાનું શરૂ થયું હતું.

અહી, વાંચકોને એ યાદ અપાવવાનું મને ગમશે કે ભારતમાં શક્તિ કે શક્તિ પુજકોના લખાણો મુજબ ઊંધો ત્રિકોણ એ મૂળભૂત રીતે સ્ત્રીના જનનાંગ અવયવ સાથે જોડાયેલી શક્તિનું એક પ્રતિક છે.

કોઈપણ સાધના કરનાર માટે, યોગ સાધના દરમ્યાન ઘણા અવરોધો ઉદભવે છે. સામાન્ય રીતે આ અવરોધો જાતિય આનંદ સંબંધિત વિચારો, ધન તેમજ અન્ય નૈતિક બાબતો,પાપ વગેરે જેવી દુન્વયી બાબતો સાથે સંબંધ ધરાવે છે. સર્વોચ્ચ આદિકાળની શક્તિ એ સુનિશ્ચિત કરશે કે આ બધો જ કચરો, વ્યક્તિનું ચરિત્ર કે જે સાધના કરનારે સંચિત કરવાની ગોઠવણી કરી હોય તેના આધારે વિવિધ પ્રતિક્રિયાઓના પ્રગટીકરણ કરીને ,દૂર કરવામાં આવે.

બીજા દિવસે, પલાઠી વાળેલા પગ સાથે હું બેઠો હતો અને પથારી ઉપર ધ્યાન કરી રહ્યો હતો.એક કલાક કે તેટલા સમય બાદ, એક દિવ્ય સ્ત્રી સ્વરૂપ મારા મનના અવકાશમાં દેખાવાનું શરૂ થયું હતું. તે એવી રીતે દેખાતું હતું કે જાણે સ્વરૂપ મારા ચહેરાની નજીક આવી રહ્યું હોય. માનસિક રીતે તેના સ્વરૂપને હાંકી કાઢવા મેં પ્રયત્ન કર્યો હતો.

હવે, આ બાબત શક્તિપાત પંથની સાધનાના સિધ્ધાંતથી વિરુદ્ધ છે. કોઈપણ સ્વૈચ્છિક પ્રયાસ દ્વારા ક્રિયાનો પ્રતિકાર ના થાય કે તેને અટકાવવામાં ન આવે તે જરૂરી છે. માનસિક રીતે દિવ્ય સ્ત્રી સ્વરૂપનો પ્રતિકાર કરીને મેં આ સિદ્ધાંતનો ભંગ કર્યો હતો.

પરિણામે, દિવ્ય સ્ત્રી સ્વરૂપ મારા માનસપટ્ટ ઉપરથી અદ્રશ્ય થઇ ગયું હતું. જો કે, આની પાછળ ,સાપ જેવા પ્રાણીઓ કે જે બટકું ભરવા મારા ચહેરાની નજીક આવીરહ્યા હતા,તેનું અનુસરણ થયું હતું.આ વખતે,અતિશય માનસિક અસ્વસ્થતા છતાં હું અમુક રીતે ટકવામાં સફળ રહ્યો હતો.

આ સ્થિતી થોડી મિનિટો સુધી ચાલુ રહી હતી અને ત્યાર બાદ ,દિવ્ય સ્ત્રી સ્વરૂપ ફરીથી દેખાયું હતું. આ વખતે,એક મૂક પ્રેક્ષકની માફક દિવ્ય સ્વરૂપ વધુ નજીક આવ્યું ત્યારે સરળતાથી ટકી શક્યો હતો.

મારા મગજનો એક ભાગ મારા માનસ પટ્ટમાં ક્રિયાને છૂટ આપવા માટે પ્રોત્સાહન આપવા માટે પ્રયાસ કરી રહ્યો હતો અને મારા મગજનો બીજો ભાગ મને યાદ અપાવી રહ્યો હતો કે માનસ પટ્ટમાં ક્રિયાને છૂટ આપવી એ એક ઉચ્ચ પ્રકારનું પાપ હતું.

આમ, મારું મગજ બે છેડાઓ વચ્ચે ફંટાઈ ગયું હતું.એક સંત અને

એક પાપી હોવા વચ્ચેની પાતળી રેખા ઉપર હું ચાલી રહ્યો હતો.કૃપા અને પાપ વચ્ચેનો ભેદ બહુ ઝડપથી ઝાંખો થઇ રહ્યો હતો.

હું જે કાંઈ અનુભવી રહ્યો હતો તે સર્વોચ્ચ શક્તિ દ્વારા બધી જ ઈન્દ્રિયજન્ય અભીવ્યક્તીઓની સફાઈ હતી, અને હું સરળ રીતે ક્રિયા છૂટી થઇ હોવાથી એક સાક્ષી તરીકે જોઈ રહ્યો હતો.

જ્યારે એક બાળક ચાલવાનું શિખવા માટે પ્રયાસ કરે છે ત્યારે, તેને પૈડા ગાડીના સહારાની જરૂર પડે છે. એક વખત બાળકે ચાલવાનું શીખી લીધા બાદ પૈડા ગાડી વધારાની પ્રગતિ માટે અવરોધ બને છે.બાળક પૈડા ગાડીને જ્યાં સુધી છોડે નહી ત્યાં સુધી દોડવાનું શીખી શકતું નથી.

આવું જ કાંઈક બધી જ ધાર્મિક વ્યવસ્થાઓ,તત્વજ્ઞાનો,સિદ્ધાંતો વગેરેની બાબતે છે.માનવ તેના શરીરમાં કરોડના પાયામાં બેઠેલી સુષુપ્ત કુંડલિની શક્તિને જગાડવાના માર્ગે આ બધા સ્ત્રોતોને લઇ જઇ શકે છે.જો કે, એક વખત હેતુ સિદ્ધ થયા બાદ, બધા જ મંદિરો,દેવો,દેવીઓ વગેરે ક્ષણમાં ચાલ્યા જાય છે.

ચાલો મને મગજને હચમચાવતી ઘટના ઉપર વધુ વિગતે પ્રકાશ પાડવા દો.

આ દુનિયામાં દરેક વ્યક્તિ પાસે અનોખી રીતે ઘડાયેલું મગજ હોય છે. વ્યક્તિના અનોખા ચરિત્રના આધારે,સર્વોચ્ચ દૈવી શક્તિ અનોખા સ્વરૂપમાં આશિર્વાદ વરસાવે છે. જો વ્યક્તિને સંપતિ એકત્ર કરવાની ટેવ હોય તો, જ્યારે દૈવી શક્તિ તેની કૃપાનો વરસાદ કરે છે ત્યારે તે વ્યક્તિના જીવનમાંથી બધી જ સંપતિને દૂર કરીને પ્રગટ થશે. પ્રાચીન સંસ્કૃત લખાણો મુજબ,સર્વશક્તિમાન તરફથી આ ખાસ કૃપા છે, ખાસ કરીને એવા લોકો માટે કે જેઓ પુષ્કળ સંપતિ ભેગી કરવાના માર્ગ ઉપર હતા.અહિયાં વાંચકોને એ માહિતી આપવાનું મને ગમશે કે સંસ્કૃત લખાણો મુજબ સંપતિનો પિછો કરવો એ પણ એક એવું સ્વરૂપ છે કે જેમાં સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર તરફ પ્રયાણ થાય છે.

ત્યાર બાદ, આ મુદ્દા ઉપર વધુ પ્રકાશ પાડવા માટે પ્રાચીન લખાણોમાંથી એક નાનકડી રસપ્રદ વાર્તાની વાંચકોને જાણકારી આપવાનું મને ગમશે. એક સંસ્કૃત વિદ્વાન હતો કે જે અતિશય ધાર્મિક હોવાની ટેવ વાળો હતો ,પરંતુ તેને બધા જ શાસ્ત્રોનું જ્ઞાન હોવાનો ગર્વ હતો.એક દિવસ જ્યારે તે મંદિરમાં દાખલ થયો હતો ત્યારે તેના આઘાત અને પાકા અવિશ્વાસ વચ્ચે તેણે ભગવાનની મૂર્તિ ઉપર રખાયેલા તેના પગ સાથે મંદિરની અંદર એક ભોયતળિયા ઉપર એક વૃદ્ધ માણસને સૂતેલો જોયો હતો. ગુસ્સાના આવેશમાં, તે અંદર ગયો હતો અને તેને હલબલાવ્યો હતો. વૃદ્ધ માણસે સરળતાપૂર્વક કહ્યું હતું કે તે તેની આંખની ખામીના કારણે જોઇ શક્યો ન હતો અને વધુમાં તે વિદ્વાનને તેના પગ હટાવવામાં મદદ કરવા અને તેને કોઈપણ દૈવી તત્વની મૂર્તિની સામે ના આવે તે રીતે

મૂકવા મદદ કરવા કહ્યું હતું. તેના આઘાત અને આશ્ચર્ય વચ્ચે, તેણે જે દિશામાં તે વૃદ્ધ માણસના પગને મૂકવાની કોશિશ કરી હતી તે દિશામાં દૈવી સ્વરૂપની મૂર્તિઓ ઉછળીને ગઈ હતી. દૈવી તત્વે આ વૃદ્ધ માણસ કે જે યોગની આવી ઉચ્ચ અદ્યતન સ્થિતિમાં હોવાનું બન્યું હતું કે જેથી તે કોઈપણ પ્રયત્ન વિના ક્ષણમાં સંસ્કૃત વિદ્વાનને વિનમ્ર બનાવી શક્યો હતો, તેને મળવાની તેના માટે ગોઠવણ કરીને વિદ્વાન ઉપર દૈવી આશિર્વાદ વરસાવ્યા હતા.

આમ જ્યારે યોગ સાધના મહાવરો કરનારના જીવનમાં આ પ્રકારની ઘટનાઓ બને છે ત્યારે તેના મનમાં ખુબજ પરિવર્તન આકાર લે છે. વ્યક્તિએ જે પ્રકારનું ચરિત્ર સંચિત કર્યું હોય તેના આધારે કાંઈક બાબત બનશે.

જો યોગ સાધક આવી ઘટનાઓ બાદ પણ દેવો અને દેવીઓને છોડવાનું વલણ ના ધરાવે તો ત્યારે વધારાની પ્રગતિ ન થાય તેવું બને. મગજ વધુ ઊંચા પ્લેટફોર્મ્સ ઉપર ઊંચે જશે નહી.દેવો અને દેવીઓ પ્રગતિ માટે અવરોધ બનશે.

મંદિરો અને ધર્મ સ્થાનો આંતરિક આત્માની મુક્તિ વિરુદ્ધ સાંકળો માં પરિવર્તિત થશે.

મારો કહેવાનો અર્થ એવો છે કે ચોક્કસ સ્વરૂપમાં ઈશ્વરની પૂજા કરવાની બાબતનો છેવટે અંત લાવવો જરૂરી છે. મન બધે જ વ્યાપ્ત હોય તેવા નિરાકાર દૈવત્વ તરફ ખેંચાય તે જરૂરી છે અને મંદિરની સીમા પુરતું સીમિત નથી.

અહી, બધા જ વાંચકોને એ બાબતની જાણ કરવાનું મને ગમશે કે મગજ ઉપર ક્રિયાની વાસ્તવિક અસરો અને કેવી રીતે રૂપાંતરણ લાવવામાં આવે છે, એ બાબતો મહાવરો કરનારના અનોખા ચરિત્ર ઉપર આધાર રાખે છે. અહી સહેતુક રીતે ક્રિયાની પ્રક્રિયા ઉપર વિગતે પ્રકાશ નહી પાડવા માટે મને માફી આપવા વાંચકોને વિનંતી કરૂ છું.

જો કે, એ બાબત પુરતી છે કે જો વાંચક એ વાત સમજી શકે કે અમુક ઘટનાઓ એવી ગહન માનસિક કે શારીરિક અસર ધરાવી શકે છે કે મનુષ્ય મનનું રૂપાંતરણ એક ઝબકારામાં થાય છે. પ્રતિક્રિયાઓ કે આ પ્રકારની ઘટનાઓ (અગાઉના ફકરાઓમાં વર્ણવાઈ હતી તેના જેવી ઘટનાઓ) ને સર્વ-જ્ઞાત સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય શક્તિ દ્વારા સુનિશ્ચિત કરવામાં આવે છે, જેથી તીવ્ર રીતે મહાવરો કરનારના મગજની સ્થિતિને બદલી શકાય છે.

મેં પાછળથી વિગતવાર મારા ગુરુ સમક્ષ ક્રિયાનું વર્ણન કર્યું હતું.મારા ગુરુએ સરળતાપૂર્વક આવું કહ્યું હતું : અમુક મહાવરો કરનારાઓ આધ્યાત્મિક રીતે ઝડપથી આ સ્થિતિ તરફ આગળ વધે છે,પરંતુ આ ઊંચા પ્લેટફોર્મ ઉપરથી નીચે પડી ના જવાય તે માટે સાવધ રહેવું.

ધ્યાનના આ પ્રથમ સેશન સાથે,મારા જીવને સંપૂર્ણ વણાંક લીધો હતો.

આ તબક્કેથી આગળ જતા હું સામાન્ય રીતે મંદીરે જતા અટક્યો હતો

(કમ સે કમ સ્વૈચ્છિક રીતે).

મારા વિચારો, મારી માન્યતાઓ, મારા રિવાજો મારી પરંપરાઓ આ બધું ધ્યાનના એક સેશનમાં વહી ગયું હતું. સિદ્ધાંતો,અંધ વિશ્વાસ,વિચારધારાઓ કે જે મેં મારા મગજમાં ભેગી કરી હતી તે બધી જ ધ્યાનના આ એક સેશનમાં દૂર થઇ હતી.

કોઈપણ શાસ્ત્રો વાંચવામાંથી મેં રસ ગુમાવ્યો હતો અને શારીરિક રીતે અને માનસિક રીતે ધાર્મિક ક્રિયાઓ કરવામાંથી સામાન્ય રીતે પીછેહઠ કરી હતી.

મારા સપનાઓમાં પણ હું એ ક્યારેય કલ્પના કરી શક્યો નહોતો કે દૈવત્વ પણ કોઈ વાર સ્વ-સાક્ષાત્કારની પ્રક્રિયામાં આટલા ક્રૂર બની શકે તેમ હતું.

સર્વજ્ઞાત સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય શક્તિને સલામ! કારણ કે તે ઉત્તમ રીતે જાણે છે કે ક્ષણિક ઝબકારમાં મગજમાં જમા થયેલી ગંદકીને કેવી રીતે દૂર કરવી!

મારા ગુરુ ને સલામ કે જેમની સંપૂર્ણ પ્રકૃતિ મગજમાંથી અંધકારને હાંકી કાઢવાની છે, જેથી કરીને દરેક મનુષ્યના હૃદયની ગહન વિશ્રાંતિમાં જોડાયેલ આત્માનો સનાતન પ્રકાશ પ્રકાશી શકે છે.

આ અનુભવ પછી મારું જીવન કયારેય પહેલા જેવું રહ્યું નથી.

કરોડરજ્જુ દ્વારા ઉપરની તરફ પ્રવાહિત થતી ઉર્જા

એક ખાસ પવિત્ર દિવસે રાત્રે આશરે ૯-૧૦ વાગ્યાની આજુબાજુ, હું મારા ગુરુજીના રૂમ ની બાજુના રૂમમાં મારી પથારી પર બેઠા બેઠા ધ્યાન કરતો હતો, આ ધ્યાન લગભગ ૨ કલાક જેટલું ચાલેલું, આ સમય દરમિયાન એક્દમ જ મેં અનુભવ્યું કે મારી કરોડરજ્જુમાં એક અજબ પ્રકારનું હલનચલન થઇ રહ્યું છે,જેમ કોઈ દેડકો કુદી રહ્યો હોય તેમ.પાછળથી મને ગુરુજી દ્વારા જાણવા મળ્યું કે તે એક ઉર્જા શક્તિ હતી જે મારી કરોડરજ્જુની સાથે સાથે મારી પીઠમાં આગળ વધી રહી હતી.જે ક્યારેક રોકાતી તો ક્યારેક હલતી અને ક્યારેક એક્દમ કુદકા સાથે મારી કરોડરજ્જુના ઉપર ના ભાગ સુધી પોહચી જતી હતી. છેલ્લે આ ઉર્જાનો સળવળાટ છેક મારી કરોડના મધ્યભાગમાંજઇ ને અટકી ગયો. હું એ ચોક્કાસ પણે કહું કે આ અનુભવ મારા માટે બિલકુલ પણ આનંદદાયક નહતો! આ નવા અને રહસ્યમય અનુભવે મને વ્યાકુળ બનાવી દીધો હતો.

તેમ છતાં પણ તેને અનુભવ ને યાદ કરતા હું ચોક્કસ પણે કહી શકું કે તે એક અનુપમ અને અદભૂત અનુભવ હતો.પ્રથમ વાર મેં મારા શરીરમાં ઉર્જા શક્તિનુ સ્થૂળ હલનચલન અને પ્રવાહનો અનુભવ કર્યો.! આ અનુભવે આધુનિક વિજ્ઞાન દ્વારા આપવામાં આવેલ બધા બૌદ્ધિક ખુલાસો સામે જાણે પડકાર ફેક્યો! આના પરથી વાચકોને એ ખ્યાલ આવ્યી ગયો હશે કે આ અનુભવની મારા મન પર કેવી અસર થઇ હશે!! જે કઈ પણ મેં યોગમાર્ગના ગ્રંથોમાં વાચ્યું હતું તે બધું જ કોઈ પણ જાતની શંકાથી પર આ અનુભવ દ્વારા સિદ્ધ થયું હતું!! પરિણામે યોગમાર્ગના ગ્રંથોઉપર મારી પ્રતીતિ વધુ દ્રઢ બની અને યોગમાર્ગ પરની મારી શ્રદ્ધા કોઈ પણ જાતના સંશય વિના મજબુત બની.

@shehnusamamu

ત્યાર પછીથી મારા ગુરુજી એ મને સમજાવ્યું કે જે મેં અનુભવ્યું હતું તે શરીર માં રહેલ સુક્ષ્મ વાહિનીઓ (જેને સંસ્કૃતમાં નાડી કહેવાય છે) ની શુદ્ધિકરણની શરૂઆત હતી.

બીજા દિવસે હું મારા ગુરુજીને કોઈ કારણસર મળી શક્યો નહી, તે દિવસે પણ હું મારી ખુરશી પર બેઠો અને ધ્યાન શરું કર્યું.

તરત જ મેં અનુભવ્યું કે મારી કરોડરજ્જુમાં કૈક સળવળી રહ્યું છે,માનસિક રીતે એવું અપેક્ષિત હતું કે તે ગઈકાલ રાતની જેમ દેડકાના કુદકાની જેમ પ્રવાહિત થશે! પરંતુ આતો, ઉર્જા શક્તિ જે રીતે અરોહિત થઇ રહી હતી તેથી હલનચલન એકદમ વળાંકવાળી હતી.અને સતત વળાંક સાથે આગળ વધી રહી હતી. જાણે સાપ ચાલતો હોય તેવી રીતે નીચેની તરફથી ઉપર તરફ,!!

મેં આ પહેલા કુંડલીનીશક્તિના સર્પાકાર જેવા સામ્ય વિશે ઘણું સાહિત્ય વાંચ્યું હતું પણ આ અનુભવ તદ્દન અલગ હતો.

તે અનુભવ બિલકુલ પણ આનંદદાયક નહતો અલબત્ત તે ડરામણો અને વ્યાકુળતા વધારનાર બની રહ્યો! તેમ છતાંપણ હું ક્રિયાશક્તિ પ્રગટીકારણને લીધે ગર્વિત અનુભવ કરતો હતો. ફરીથી આ આગળ વધતી ઉર્જા મારી કરોડના મધ્યભાગમાં રોકાઈ ગઈ.

ધ્યાનના આ સત્રને અંતે મેં અનુભવ્યું કે તે લગભગ સદા ત્રણ કલાક જેટલું ચાલ્યું હતું. તેજ દિવસે બપોરે જમ્યા પછી મને ફરીથી ધ્યાનમાં બેસવાનું મન થયું અને આ વખતે. આ સત્ર એજ પ્રકારના અનુભવ સાથે બીજા ત્રણેક કલાક ચાલ્યું હતું.

હું એ આખો દિવસ સંપૂર્ણ વિચાર શૂન્યતામાં જ રહ્યો.

એજ દિવસે ફરી પાછું સાંજે જમ્યા પછી હું ધ્યાન માં બેઠો, આ આ વખતે આ સત્ર લગભગ અઢી કલાક ચાલ્યું હશે.! તે દિવસે, એક જ દિવસમાં આશરે ૯ થી સાડા ૯ કલાક જેટલો સમયમેં ધ્યાન માં ગાળ્યો!! જે પછીથી ફરી આજ દિવસ સુધી શક્ય બની શક્યું નથી.

બીજા દિવસે જયારે હું મારા ગુરુજીને મળ્યો, ત્યારે પરમ શ્રધ્ધેય ગુરુજીએ જણાવ્યું કે યોગમાર્ગ માં આગળ વધેલા યોગી માટે સાડા નવ કલાક ધ્યાનમાં રહેવું એ સહજ બાબત છે પણ હા! મારા જેવા સાધક અવસ્થાના વ્યક્તિ માટે તે આશ્ચર્યજનક હતું. એ પરમ પાવન શ્રીએ વધુ માં સમજાવ્યું કે આ એક જ દિવસમાંચાલેલું ધ્યાન એ ક્રિયાયોગનો ભાગ હતું. અહીં હું વાચકોને એ સ્પષ્ટ કરવ માંગું છું કે એવું જરૂરી નથી કે ક્રિયાયોગનો અનુભવ એ કોઈ એક જ સત્રમાં ઘટિત થઈ જાય! તે જેમ મેં અનુભવ્યું હતું તેમ, ઘણીવાર આખો દિવસ જેટલો લાંબો પણ હોઈ શકે છે. પરમપાવન ગુરુજીએ એમ પણ જણાવ્યું હતું કે, આ પ્રકારનો ક્રીયાયોગનો અનુભવ સાધકે ભૂતકાળમાં કરેલા ધ્યાનના સતત અભ્યાસને પરિણામે સંભવ બને છે.

હંમેશા યાદ રાખવું કે ભૂતકાળમાં કરેલા ખરાબ કર્મોની જેમ સારા કર્મોને પણ મનમાંથી ભૂસી નાખવાના હોય છે.

જ્યાં સુધી યોગમાર્ગને સંબધ છે ત્યાં સુધી, ત્યાં દુન્યવી કોઈ પણ સારા કે ખરાબ કર્મોને ગણતરીમાં લેવામાં આવતા નથી.!

મેં જે રીતે આગળ કહ્યું તે મુજબ જ્ઞાનના શાશ્વત પ્રકાશને સંપૂર્ણપણે ઝળહળવા માટે અત્યાર સુધી પ્રાપ્ત કરેલા બધા પ્રકારનના સિદ્ધાંતો, સ્થાપિત માન્યતાઓ અને ફીલ્સુફીઓને હંમેશને માટે મનમાંથી ભૂંસી નાખવા પડે છે.

આ તથ્યને હું જરા વધુ ઊંડાણથી સમજાવું

ધારી લઈએ કે કોઈ વ્યક્તિએ તેના પાછલા જીવનમાં ઘણો યોગાભ્યાસ

કર્યો હોય. તેથી આ અભ્યાસની ઈન્દ્રિયજન્ય છાપ વ્યક્તિના ઉપ સભાનાવાસ્થામાં અંકિત થયેલી હોય છે,આવી તમામ છાપો હંમેશનેમાટે ભૂંસાઈજવી જોઇએ નહીતર આ પ્રકારની ઊંડીસ્મૃતિઓ જે પાછલા જીવનમાં મન પર અંકિત થયેલી હોય છે તે પણ એક આવરણની જેમ વર્તી પરમ જ્ઞાનનાપ્રકાશને પ્રગટ થતા રોકે છે.

એ જ રીતે જયારે કોઈ વ્યક્તિ તેના પાછલા જીવનમાં ધાર્મિક ક્રિયાઓ, સમાજસેવા કે દાન આપવું જેવા સદ્કાર્મો કરે છે,ત્યારે આ બધા કાર્યો દુન્યવી રીતે સદ્કાર્યો હોવા છતાં તેના દ્વારા વ્યક્તિ ના માનસ પર ગર્વની લાગણીઓ અંકિત હોય છે જેથીપરમ જ્ઞાનના પ્રગટીકરણ માટે આવી તમામ સ્મૃતિઓનો લોપ થવો જરૂરી છે.

એ પછીના દિવસે પણ મને ધ્યાનમાં એક બીજો અનુભવ થયો! મેં અહીં જાણીજોઇને મારા આ ધ્યાનના અનુભવની ચોક્કસ તારીખ સ્થળ અને મંત્ર નો ઉલ્લેખ ટાળ્યો છે જેને મારે હું વાચકોની ક્ષમા યાચું છું.

જયારે હું આ અનુભવમાંથી પસાર થઈ રહ્યો હતો ત્યારે મેં ક્યારેય આના વિશે કોઈ પુસ્તક લખવાનું વિચાર્યું નહતું તેથી મેં ક્યારેય તેની ક્યાય નોધ કરવાની અથવા આ અંગે કોઈ ડાયરી લખવાની પણ દરકાર કરી નહતી!

પણ જયારે આ અનુભવ લખવાનું સમય આવ્યો ત્યારે, મેં મારી સ્મૃતિઓને સંભારવાનો શ્રેષ્ઠ પ્રયત્ન કર્યો. આને પરિણામે કેટલીક ઘટનાઓ અને અનુભવોના ક્રમમાં થોડી ક્ષતિઓ રહી જવા પામી છે.

એક વાર જયારે હું ધ્યાન કરી રહ્યો હતો ત્યારે, દરરોજની જેમ ઉર્જાશક્તિ ઉપરની તરફ વહેવી શરુ થઇ, આ વખતે તેનો અનુભવ તદ્દન જુદો હતો, જાણે મારીપીઠ પર કીડીઓ ઉપર ચઢી રહી હોય એવું જણાયું, મને જે જગ્યાએ ખંજવાળનું મન થયું, કેમકે તે સંવેદન કોઈ ચટકાભરતું હોય તેવું હતું.ફરીવાર ઉર્જાશક્તિ પ્રવાહ મારી કરોડના મધ્યભાગમાં જઈને રોકી ગયો.

પછી, એ પછીના દિવસે મેં મારો અનુભવ મારા ગુરુ શ્રી આગળ વર્ણવ્યો, પરમ શ્રેધ્ધેય ગુરુજી એ કહ્યું કે હવે ખુબ જલ્દી આ ઉર્જાશક્તિનું વધુ આરોહણ થશે અને તે મારા માથાના પ્રયેક ભાગ કાનોમાં ,આંખોમાં, નાકમાં,મોઢામાં ગાલ અને વાળમાં એમ દરેક ભાગમાં પ્રગટ થશે.વાસ્તવમાં તેમેને કહ્યું કે આ શક્તિ મારા માથાના અગ્ર ભાગ દ્વારા બહાર અવકાશ પણ જશે.

આ અનુભવ પછી મારે મારું બાકીનું જીવન ભાગ્ય મુજબ જીવવા મારા ગુરુશ્રી ની રજા લેવાની હતી.

અહીં હું વાચકોને જણાવી દઉંકે કુંડલીની શક્તિનું મારા કરોડતંત્રમાં થયેલ આરોહણ એ પ્રાચીન યોગમાર્ગમાં વર્ણવેલ પદ્ધતિ મુજબ નું જ હતું. આમાં એક એવી ખાસ હલનચલન પર્ક્રિયા રહી ગઈ હતી જે મુજબ યોગમાર્ગમાં કુંડલીની શક્તિ ઉડતાપક્ષીની માફક પણ આરોહિત થતી હોય છે. જેનો અનુભવ મને થયો

નહતો.

તેમ છતાં પણ હું નમ્રતાપૂર્વક કબુલ કરું છું કે આ પ્રકારીની મુવમેન્ટ પણ મારી કરોડમાં અનુભવાયેલી હતી છતાં મને એની કોઈ ચોક્કસ સ્મૃતિ ના હોવાથી હું એ ચોક્કસ શૈલીનો દાવો કરી રહ્યો નથી.

જે રીતે હું વર્ણન કરું છું તેમ મારી કરોડમાં અનુભવાયેલ કુંડલીની મુવમેન્ટ પ્રક્રિયા વધુ જટિલ બની રહી. જે રીતે મેં કહ્યું કે મેં આ અનુભવોની કોઈ નોંધ રાખી નહતી તેથી આ બધા જ અનુભવોનું વર્ણન કરવું ખુબ મુશકેલ બની રહ્યું છે.

મેં ધ્યાન કરવાનું નિયમિત ચાલુ રાખ્યું અને ઉર્જાશક્તિનું આરોહણ પણ ચાલુ રહ્યું.

એક વાર ધ્યાન સત્ર દરમિયાન ઉર્જા શક્તિ મારી નાભિકેન્દ્રની તરફ આગળ વધી જેને યોગમાર્ગમાં મણીપુર ચક્ર કહેવામાં આવે છે.! આ ઉર્જા આ વિસ્તારમાં ભેગી થઇ અને પછી મારી કરોડની આજુબાજુના વિસ્તારમાં ઝડપથી ખુબ જ જુદા પ્રકારની મુવમેન્ટ થી ફરવા લાગી.આ મુવમેન્ટ શૈલી કોઈ પણ જાણીતી અન્ય શૈલી જેવી નહતી! છેલ્લે હું એટલું કહી શકું કે મેં મારી કરોડ પર ઉર્જાની ખુબ જ જટિલ.મુવમેન્ટ અનુભવી.જોકે આ મુવમેન્ટ એ સીમિત હતી અને પીઠના બીજા ભાગમાં ફેલાઈ નહતી!

એવી જ રીતે ઘણા ધ્યાન સત્ર દરમિયાન મેં ઘણી વિચિત્ર મુવમેન્ટ શૈલી અનુભવી, ક્યારેક તે પાતળા દોરાની જેમ મારી કરોડ પર ખૂંચતી હોત તેમ આ શક્તિ ફરવાનો મને અનુભવ થયા કરતો.

ધ્યાનના લાંબા સત્રપછી હું સંપૂર્ણ રીતે આ શક્તિને શરણાગત બની જતો, તેમ છતાં પણ અહીં મને બીજા એક પ્રકારની ક્રિયા શક્તિ નો ઉલ્લેખ કરવાનું ગમશે જે મારા મસ્તિસ્કમાં અનુભવી હતી! ઘણા વર્ષો સુધી મેં મારા મસ્તિસ્ક માં એક પ્રકારના દબાણનો અનુભવ કર્યો હતો! આ દબાણ ની સાથે સાથે મારું મસ્તિસ્ક જાણે દિવસ રાત જાણે આલ્કોહોલના અસર નીચે જણાતું હતું.

બહુજ થોડા સમય માટે તેમાં પણ ખાસ તો સવારે ઉઠ્યા પછી થોડીવાર મને હળવાશ અનુભવાતી, નહીતર તો આખો દિવસ મારું મસ્તિષ્ક જાણે મગજમાં કોઈ રાસાયણિક પ્રક્રિયા થઇ રહી હોય તેમ જુદા પ્રકારની અસર નીચે રહેતું. આ ઉપરાંત જયારે પણ ઉર્જા શક્તિનું મારા કરોડરજ્જુના ભાગમાં આરોહણ થતું, ત્યારે હું સતત મારા માથાના તાળવાપર એની અસર અનુભવતો.

જોકે આમ છતાં ક્યારેય મેં મારા રોજીંદા જીવનમાં કે શારીરિક સ્તર પર આ પ્રક્રિયાની કોઈ અસર અનુભવી નહતી.

ઉર્જાશક્તિનું ગતિવિજ્ઞાન

આ અગાઉના પ્રકરણમાં મેં કરોડરજ્જુ તંત્રમાં અરોહિત થતી કુંડલીની ઉર્જા શક્તિ વિશે જણાવ્યું છે. ફરીથી હું આ ભાગમાં અનુભવેલ બીજી પ્રતિક્રિયાનું વર્ણન પછીથી આ પુસ્તકમાં આગળ વર્ણવીશ.મેં આ પ્રતીક્રીયાઓની પ્રકૃતિ એક્દુમ અલગ હોવાથી તેમનો ઉલ્લેખ આગળના પ્રકરણમાં કર્યો નથી.!

મને અહીં વાચકોને જણાવવું છેકે ક્રિયા શક્તિ સતત શરીરમાં ઘટિત થયા કરે કરતી હોય છે, તે એક સાથે શરીરના તમામ ભાગોમે કે કોઈ એક ભાગમાં ઉદભવી શકે છે. વધુમાં કહી શકાય કે તે અવ્યવસ્થિત રીતે શરીરમાં ,મનમાં,કે રોજીંદા જીવનમાં ઘટ્ય કરટી હોય છે,તેથી તેની પ્રક્રિયાને અલગ તારવવી ઘણી મુશ્કેલ હોય છે,તેમ છતાં પણ આ પ્રકરણમાં હું મારા ક્રિયાયોગના અનુભવોનું વર્ણન કરવાનું ચાલુ રાખું છું!

કરોડરજ્જુ તંત્રમાં ઉર્જાશક્તિનું આરોહણ થવાથી જ્ઞાન તંતુઓનું પેન્ડોરા બોક્ષ જાણે ખુલીગયું હતું !!

હું માત્ર ઊંડી ઊંઘમાં હોઉં તે સિવાય મારા શરીરમાં ચોવીસ કલાક ઉર્જાની મોવેમેન્ટ અનુભવતો હતો.

@shehnusarnamu

હવે હું તમને કેટલીક આશ્ચર્યજનક બાબતો જણાવું, એવું નામની બેશો કે ઉર્જાશક્તિ ઊંડી ઊંઘમાં કામ કરતી નહતી! હું કેટલાક ઉદાહરણો આના વિષે આપીશ , જેથી બાકીનું આપોઆપ સહેલાઈથી સમજી શકાશે! ઉર્જા શક્તિ એની ખાતરી આપે છે કે તે સાધકને એટલી જાગરૂકતા પ્રદાન કરે કે જેથી સાધક તે સ્માંજોઈ શકે કે ક્રિયાશક્તિ નું તેના શરીર, મન કે બાહ્ય વિશ્વમાં જે કઈ પણ પ્રગટીકરણ થયેલું છે તેના પર તેનું કોઈ પણ પ્રકારનું નિયંત્રણ હોતું નથી!તેથી કેટલીક પ્રક્રિયાઓ તાર્કિક અને બૌદ્ધિક ખુલાસાઓને માત કરતી જણાય છે! મેં આગળ આ પ્રકરણમાં આ પ્રતીક્રીયાઓના કેટલાક ઉદાહરણો આપ્યા છે છે, જે વાચકોને પૂરતા પ્રમાણમાં સમજણ આપશે!

એક દિવસ હું બપોરના સમયમાં સુતો હતો ત્યારે અચાનક મારા ફોનની ઘંટડી રણકી, હું જાગી ગયો અને ફોન ઉપાડ્યો. ફોન કરનાર વ્યક્તિએ ખોટો નંબર ડાયલ કરી દીધો હતો. આ ટેલીફોને મારી ઊંઘ ઉડાડી દીધી! જેવો હું મારી પથારીમાં આવી ને સુતો કે તરતજ ક્રિયા શક્તિ જોરદાર તરંગો સાથે જાગૃત થઇ ગઇ! સાધકની ઊંઘ આ રીતે વૈશ્વિક ઉર્જા શક્તિ દ્વારા નિયંત્રિત કરવામાં આવે છે,મારી ઊંઘ આવી રીતે ઘણી વખત ઉડાડવામાં આવી હતી !!

એક વાર હું સ્વપ્નમાં હતો થોડી જ વારમાં હું એકાએક બીજા

સ્વપ્નમાં સરકી પડ્યો અને એ એટલું બધું બિહામણું હતું કે હું એકદમ જાગી ગયો! ફરીથી મારી કરોડરજ્જુમાં અચાનક ઘણા તરંગો સાથેની ક્રિયા શક્તિ જાગૃત થઇ ગઈ!

સ્વપ્નાવસ્થા અને જાગ્રત અવસ્થા વચ્ચે એક બીજી અવસ્થા છે જેને સંસ્કૃતમાં તંદ્રા અવસ્થા કહેવામાં આવેછે.આ અવસ્થાનો અનુભવ આ જગતમાં ઘણા ઓછા લોકોને થતો હોય છે! યોગમાર્ગના લખાણોમાં પણ માત્ર ચાર જ અવસ્થાની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. જેમ કે નિંદ્રા અવસ્થા,સ્વપ્નાવસ્થા, જાગૃત અવસ્થા અને તુર્યા અવસ્થા.(વિચાર વિહીન સ્થિતિ) આ તંદ્રા અવસ્થા વિષે કઈ વિશેષ જાણકારી ઉપલબ્ધ હોતી નથી.જે સ્વપ્નાવસ્થા અને જાગૃત અવસ્થાની વચ્ચેની સ્થિતિ છે.

હું આ અવસ્થામાં લગભગ દરરોજ દાખલ થતો હતો. હું આ અવ્સ્થમાં ખુબ જ તરંગી વસ્તુઓ નિહાળતો! જેમ કે શહેરો,કસ્બાઓ અને ગામડાઓ!! આમાંના કેટલાક તો આધુનિક કસ્બાઓ, ગામડાઓ અને શહેરો જેવા હતા! જોકે હું ક્યારેય આવા સ્થળોને ઓળખી શક્યો નહિકેમ કે મેં જીવનમાં ક્યારેય આવા કોઈ સ્થળોની મુલ્કકત લીધી નહતી! ક્યારેક હું આ અવસ્થામાં દેખાતા મકાનો ઉપર લખાયેલા જે તે જગ્યાઓના નામ વાંચવાનો પ્રયત્ન કરતો પરંતુ દ્રશ્ય એટલું ઝડપથી બદલાતું કે તે શક્ય ના બનતું કે હું કોપી પણ નામ કે ચિન્હ વાંચી શકું! વધુમાં ક્યારેક તો ત્યાની ભાષા પણ મને અજાણી જણાતી. ક્યારેક તો મને એવા વિચિત્ર સ્થળો દેખાતા કે તેઓ આ પૃથ્વી પર ખરેખર હયાત હોઈ શકે કે કેમ! તેના વિષે પણ શંકા ઉત્પન્ન થાય ! બધાની સાથે મને જાણીતા અને અજાણ્યા તેવા જુદાજુદા હથિયારો, વિવિધ વનસ્પતિઓ અને પ્રાણીઓ તેમજ માણસોના ચહેરાઓ ,લોકો દ્વારા પહેરતા પહેરવેશો, અને વાહનો વગેરે દેખાતા! આ બધા દ્રશ્યો હું એકદમ સ્પષ્ટ પણે હું જોઈ શકતો!

ઉપરની આ યાદી સંપૂર્ણ નથી હજી તો આમાં ઘણું બાકી છે !

લગભગ દરરોજ હું આ અવસ્થામાં દાખલ થતો અને આવા દ્રશ્યો જોતો!

આ પ્રકારની ક્રિયા શક્તિ કોઈ સાધકના અંતરાત્માની પ્રતીતિને વધુ દ્રઢ બનાવે છે કે તેઓ આ જીવન પહેલા ઘણા પુર્જન્મોમાંથી પસાર થયેલા છે! તેથી આ સર્વોચ્ચ એવી અનાદી સત્તા સાધકના માનસ પટલપર આ જુના સંસ્મરણો અને છાપો છેલ્લીવાર પ્રગટ કરી તે તમામને કાયમ માટે ભૂંસી નાખે છે! આ જુના સંસ્મરણોના ભૂંસાવાની સાથે સાથે વ્યક્તિના સાંપ્રત જીવનમાં રહેલા અન્ય વ્યક્તિ સાથેના લાગણીઓના જોડાણો પણ તુટવા લાગે છે.!

કોઈ વ્યક્તિ તેના પૂર્વજન્મોમાં અસંખ્ય પ્રેમીઓ માટે પ્રેમી કે પ્રેમિકા રહ્યો હશે!, કેટલાય પિતાઓનો દીકરો હશે! કેટલાય દીકરા-દીકરીઓનો પિતા રહ્યો

હશે! કેટલાય મિત્રોનો મિત્ર હશે!કેટલીય મતોની દીકરી બની હશે અને કેટલાય બાળકોની માતા પણ બની હશે અને આવું ઘનુ બધું ચાલ્યુ હશે!

આ ઉપરાંત સામાજિક જીવનમાં રહેલ મોહ પણ કોઈ પણ પ્રકારના પસ્તાવા કે ખેદ વિના ઓછા થવા લાગે છે!

વ્યક્તિ પોતાના સ્વમાં જ આનંદથી જીવવા લાગે છે જે મનની પરમ આનંદની અવસ્થા છે!

આ રીતે પોતાના આત્માનું જ્ઞાન વ્યક્તિના મનમાં શાશ્વત શાંતિ અને આનંદ લાવવા માટે જરૂરી એવું રૂપાંતરણ લાવવાનું શરુ કરે છે! આ રીતે પરમ સત્તા વ્યક્તિ લાગણીમય સંબંધો અને જોડાણોના ચિન્હોને દુર કરી સાધક પર પોતાની કૃપા વરસાવે છે. મન એ ઉચ્ચ સ્તર પર પોહચે છે કે સાધક્ના માનસ પર કોઈ પણ પ્રકારની સુખની કે દુઃખની લાગણીઓની કે જગતના દ્વંદની કોઇ પણ અસર થઇ શકતી નથી!

વ્યક્તિ સ્વત પોતાની જાતમાં સ્વત સંતોષી બને છે અને એને આનંદ માટે અન્ય કોઈ બાહ્ય સ્તોત્રની જરૂરિયાત રહેતી નથી.

આ રીતે સિધ્ધ મહા યોગ સાધકને શાશ્વતતા તરફ આગળ વધવા પ્રેરિત કરે છે.

અહીં વાચકોને એ સમજવા વિનંતી છે કે આવું મનનું રૂપાંતરણ રાતોરાત શક્ય બનતું નથી.તેતો ઘણા લાંબા સમયના અંતરાલમાં શક્ય બને છે ક્યારેક આ શક્તિ મનને ઘણી ઝડપથી ઉચ્ચ સ્તરે લઇ જાય છે ! તેમ છતાં માં ક્યારેક પાછું તરત નિમ્ન સ્તરે પણ આવી જાય છે! અને પાછું ધીરે ધીરે ઉચ્ચતા તરફ પ્રયાણ કરે છે. આમ યોગ માર્ગમાં આગળ વધવા સાધકે ખુબજ ખંત પૂર્વક પ્રયાસ ચાલુ રાખવાનો હોય છે!

હવે હું શરીરના અસંખ્ય ચેતાતાન્તુંમાંથી ઉર્જશાક્તિના પ્રવાહના નિયમ વિષે વિસ્તારથી જણાવીશ.

મોટાભાગે ઉર્જાશક્તિનો પ્રવાહ મેં મારી ગુદા અને જનનાંગોની આસપાસ અનુભવ્યો હતો! તો ક્યારેક શરીરના બાકીના ભાગોમાં, ક્યારેક વળી આ પ્રવાહ મારા લિંગ સહીત પૃષ્ઠના ભાગમાં પણ અનુભવતો હતો! તેમ છતાં જોકે મોટાભાગે આ પ્રવાહ મારી ગુદા અને કુળના ભાગમાં સીમિત રહેતો!આનું કારણ એ હોઈ શકે કુંડલીની શક્તિનું મૂળ કરોડરજ્જુના અંતભાગમાં મુલાધારમાં રહેલુ હોય છે, વળી યોગમાર્ગના લખાણો મુજબ આ ઉર્જા શક્તિ પોતાની નિષ્ક્રિય અવસ્થામાંથી જાગૃત થયા પછી જનનાંગોના ભાગમાંથી ઉપર તરફ વહન કરે છે અને આથી મેં મારા આ ભાગમાં ઉર્જાના પ્રવાહને અસંખ્યવાર અનુભવ કર્યો હતો.

ધણીવાર ધ્યાન દરમિયાન મને જાતીય સંબંધની તીવ્ર ઈચ્છા જાગૃત થતી કે મારે ધ્યાન શરુ કરતા પહેલા બાથરૂમ જવું પડતું!

ઘણી બધી વખત મારું શોર્ટ્સ (ટૂંકુ પેન્ટ) વીર્ય સ્ખલનને કારણે ભીનું બની જતું. તેને ઉપાયરૂપે મેં પછીના દિવસોમાં કપડા પહેર્યા વિના ધ્યાન કરવાનું શરુ કર્યું, તો,પણ ઘણી વાર મારા ધ્યાનના આસન પર વીર્ય સ્ખલન થઇ જતું!

ઘણી વખત જાતીય સંબંધ વિશેના ઘૃણાસ્પદ વિચારો અને એ પણ નજીકના સગાવ્હાલાઓ તથા આદરણીય લોકોના સંબંધમાં મારા મનમાં ઉદ્દભવતા અને મને તે સ્પષ્ટ દ્રશ્ય દેખાતા પણ તેમ છતાં હું એક મુક પ્રેક્ષક બની નિહાળતો હતો!

આમ ક્રિયા શક્તિને કારણે એવું શક્ય બની શકે કે જાતીયતા વિશેના ઘણાા વિચારો મનમાં જાગૃત થાય અને એ પણ પાછા ખુબ જ સન્માનીય અને કલ્પી ના શકાય તેવા લોકો સાથે!! આ બાબત વ્યક્તિને માનસિક આઘાત માં ધકેલી શકે છે. અને વ્યક્તિને એવો અહેસાસ પણ કરાવી શકે છે કે હવે જીવન જીવવા જેવું નથી!

હા! અહીં કહેવું જોઈએ કે મનમાં ભેગી થયેલી અશુદ્ધિઓને હંમેશને માટે સાફ કરવી અનિવાર્ય હોય છે! સર્વોચ્ચ પરમ સત્તા સાધકના માનસ પાતાળને શુદ્ધ કરવ આવું નાટક ભજવે છે!

બધાજ પ્રકારના ભય ચિંતાઓ, જાતીય કલ્પનાઓ અને તરંગો, વિચિત્ર વિચારો પાપ, નૈતિકતાઅને સાચા-ખોટા વર્તન અંગેના વિચારો આ બધુ જે કઈ પણ મનમાં ભેગું થયેલું છે તે તમામ હંમેશને માટે ભૂસી જતા પહેલા એક છેલ્લી વાર માનસ પટલ પર અનુભવાઈ જવું જરૂરી છે.

દેવી દેવતાઓના દ્રશ્યો અને અન્ય અસામાન્ય અને વિકૃત વિચારો મારા મનમાં ચમકવા માંડતા પણ હું ક્યારેય આ વિચારો મારા મનમાં રોકી રાખતો નહિ બસ માત્ર મુક પ્રેક્ષક બની નિહાળ્યા કરતો અને જોતો કે કઈ રીતે મારા મનમાં રહેલી અશુદ્ધિઓ ધોવાઈ રહી છે!

મેં ક્યારેય કલ્પના નહતી કરી કે આત્મજ્ઞાનના માર્ગ તરફ પ્રયાણ કરવામાં જે ઈશ્વરીય કૃપા પ્રાપ્ત થાય છે તે આવી ભયંકર માનસિક પ્રક્રિયા હશે!

ઉર્જાશક્તિ મારા શરીરના પ્રત્યેક ભાગમાં વહેતી હતી.

મને એવું થતું કે ઉર્જા શક્તિ સતત મારા તાલ્વામાંથી, નાકમાંથી નસકોરામાંથી,કાન, મોં , જીભ, ગાલ, આંખો ગાળા હાથ ખભા હથેળી આંગળીઓ પેટ અને સાથળ તથા નીચે છેક મારા પગના તળિયામાંથી વહેતી રહેતી હતી. ક્યારેક ઉર્જાશક્તિનો તરંગો જેવો અનુભવ થતો તો ક્યારેક તે કાંટાની જેમ ખૂચ્યા કરતી!

આ પ્રકારની અવ્યવસ્થા શરીરમાં વર્ષો સુધી ચાલી રહેલી!

ઉર્જા શક્તિ ની હિલચાલના સ્વરૂપનું વર્ણન કરવું ખુબા મુશ્કેલ છે.

કેટલીક વાર તેનું સ્વરૂપ એટલું વિચિત્ર અને અસામાન્ય રહેતું કે પૃથ્વી પર અત્યાર સુધી જોવામાં આવતા કોઈ પણ જાણીતા સ્વરૂપથી તદન અલગ હતું! આ ઉર્જા શક્તિ મારા શરીરના પ્રત્યેક ભાગમાં વહેતી હતી મેં આ અનુભવોની મારા ગુરુજી અને બીજા થોડા સાધકો સિવાય કોઈની સાથે ક્યારેય ચર્ચા કરી નહતી !
આ તમામ અનુભવો તદન અતાર્કિક હતા અને છતાં મેં ક્યારેય તેને અવગણ્યા નહતા પછી ભલે તે વિજ્ઞાન સાથે સાતત્ય ધરવતા હતા કે નહિ!

ચેતાતંત્રની ખાસ પ્રતિક્રિયાઓ

સ એ મનનું કાર્ય છે. અસ્વાભાવિક શ્વાસોશ્વાસ ની પ્રક્રિયા ત્યારેજ શક્ય બને જયારે મન શાંત અને સ્થિર ના હોય! દરેક વાચક આ ધટના કે પરિસ્થિતિથી પરિચિત હશે જ! જયારે વ્યક્તિ ઉશ્કેરાય કે ગુસ્સામાં હોય ત્યારે શ્વાસોશ્વાસ શાંત હોતા નથી. તે એકદમ ઝડપી બની જાય છે! તેવી જ રીતે જયારે વ્યક્તિ ચિંતિત કે ભયગ્રસ્ત હોય ત્યારે પણ શ્વાસોશ્વાસ શાંત હોતા નથી!

યોગમાર્ગમાં જયારે મન એકદમ શાંત અને સ્થિર થઇ જાય ત્યારે આ શ્વાસની અસ્વાભાવિક પ્રકિયા એ સંપૂર્ણ વિરામ અવસ્થામાં આવી જાય છે! તે તકનીકી રીતે સંપૂર્ણ પણે રોકી નહિ જતી હોય કેમકે દરેક જન યોગમાર્ગના ઉચ્ચસ્તરમાં પ્રવેશ્યા હોતા નથી! પરંતુ બહારથી જોનારને તો એવું જ જણાય છે કે શ્વાસ જાણે રોકી ગયા હોય! અને અના જ કારણે યોગી હવાની કોઈ પણ પ્રકારની જરૂરિયાત સિવાય પણ ધ્યાન માં રહી શકે છે! શ્વાસોશ્વાસ રોકાઈ જવાના કારણે ઉમરની પ્રક્રિયા સહિતની તમામ જૈવિક પ્રક્રિયાઓ પણ સંપૂર્ણ વિરામ અવસ્થામાં આવી જાય છે! અને માત્ર આ કારણેજ યોગી પુરુષ વર્ષો સુધી કોઈ પણ જાતના ખોરાક અને પાણી વિના પણ જીવિત રહી ધ્યાનમાં રહી શકે છે!જયારે પણ ક્રિયાશક્તિ શ્વાસ અને મનના સ્તરે અવતરિત થવાની શરૂઆત થશે ત્યારે હું પણ શ્વાસોશ્વાસ વિહીન અવસ્થનો અનુભવ કરવા સમર્થ બની શકીશ! વધુમાં આ અવસ્થા એ પાછી કરોડના અમુક ચોક્કસ વિસ્તાર સાથે જોડાયેલી હતી.

એકવાર આવા પ્રસંગે હું મારી પથારીમાં તંદ્રા અવસ્થામાં સૂતેલો હતો કે ત્યારેજ અચાનક મેં અનુભવ્યું કે ઉર્જાશક્તિ મારા કરોડના ભાગમાં વહેવાની શરુ થઇ! અચાનક તે નાભીના ભાગમાં પણ (પાછળ પીઠ ના ભાગે) કેન્દ્રિત થયેલી જણાઈ. એ પછી મને એકદમ મારા કરોડરજ્જુના નિર્દેશિત સ્થાન પર કેન્દ્રિત થયેલી અનુભવમાં આવી! એકદમ જ મારા ફેફસા જાણે ખાલી થઇ ગયા અને મારા શ્વાસોશ્વાસ થોડી પળો માટે રોકી ગયા.

પછીથી મારો આ અનુભવ મારા ગુરુજીને વર્ણવ્યો ત્યારે તેમને જણાવ્યું કે હવે પછી આ ઉર્જાશક્તિ તરત જ આ જ રીતથી (પીઠના પાછળના ભાગે) પણ હ્રદયના કેન્દ્ર પર કામ કરશે! તેમણે પરમ આદરણીયએ વધુ જણાવ્યું કે જયારે શ્વાસોશ્વાસનું થામ્ભાન હ્રદય નજીકના ભાગમાં થાય છે ત્યાર પછી સાધકે અધ્યાત્મિક પતનના ભયનો સામનો કરવાનો રહેતો નથી!અહીં મારે વાચકોને જણાવવું જોઈએ કે યોગમાર્ગમાં સાધકે ને સૌથી મોટો ભય આ માર્ગમાં જે પ્રગતિ કરી હોય તેમાંથી પતનનો રહેતો હોય છે !

દરેક સાધકને આ પ્રકારનાં પતનમાંથી પસાર થવું પડે છે. જોકે જ્યારે

સાધક ચોક્કસ અવસ્થામાં પહોંચે છે, ત્યારે યોગ સાધકનાં મનમાંથી આ ડર દૂર થઈ જાય છે અને મન ઉન્નત અવસ્થાએ પહોંચે છે. ઉપરાંત જો પછીનાં તબક્કાઓમાં સાધકનું પતન થાય છે, તો પણ તે બહુ મોટું પતન હોતું નથી.

થોડાં અઠવાડિયા પછી મને આ અનુભવ થયો હતો. હું તંદ્રા અવસ્થામાં મારી પથારીમાં સૂતો હતો ત્યારે કશું થયું હતું. મેં એકાએક ઊર્જાનો પ્રવાહ નાભિમાંથી મારાં કરોડરજ્જુ તરફ વહેતી હોય એવો અનુભવ કર્યો હતો. કરોડરજ્જુ પર મારાં હૃદય તરફ ઊર્જાનો પ્રવાહ વહેતો હતો અને કેટલીક વિચિત્ર હલચલ શરૂ થઈ હતી. આ હલચલ અતિ મજબૂત અને શક્તિશાળી હતી. કોઈ અજ્ઞાત બળ દ્વારા મારી પીઠ દબાતી હોય તેવો અહેસાસ મને થયો હતો. મને હૃદય નજીક કરોડરજ્જુ પર ચોક્કસ સ્થાન પર મેં સંકોચન સાથે ભારે દબાણ અનુભવ્યું હતું. મને અગાઉનો અનુભવ યાદ કર્યો હતો, જેમાં ઊર્જા મારી નાભિ નજીક આ જ રીતે કામ કરતી હતી. જોકે આ વખતે ઊર્જાનું સ્તર વધારે શક્તિશાળી હોવાનો અહેસાસ થયો હતો.

મનમાં મને મારાં ગુરુની છબી યાદ આવી હતી અને મેં તેમને નમન કર્યા હતાં.

એકાએક ઊર્જા મારાં ખભા સહિત મારી પીઠની આસપાસ પ્રસરવાની શરૂઆત થઈ હતી. મારી પીઠ પર ઊર્જાની હલચલ થોડી વધારે મિનિટ અનુભવાઈ હતી. સંપૂર્ણપણે જોઈએ તો ઊર્જા મારી પથારી પર મને બાંધી રાખવાનો પ્રયાસ કરતી હોય એવું લાગતું હતું. જાણે કોઈ કુસ્તીબાજ ભોંય પર પછાડવાનો પ્રયાસ કરતો હોય એવો અહેસાસ થતો હતો. ઊર્જા અતિ શક્તિશાળી હતી! જોકે આ સમયે મારાં શ્વાસ અટક્યાં નહોતાં. અગાઉ ઉલ્લેખ કર્યા મુજબ, જ્યારે મારી પીઠ પર ઊર્જાની આ હલચલ શરૂ થતી હતી, ત્યારે હું તંદ્રા અવસ્થામાં હતો. જ્યારે ઊર્જાનો પ્રવાહ નાભિમાંથી ઉર્ધ્વ દિશા તરફ વહેવાની શરૂઆત થઈ હતી, ત્યારે હું મારી પીઠ પર સૂતો હતો. તરત હું પડખું ફર્યો અને ઊંધો સૂઈ ગયો, જેથી ઊર્જા મુક્તપણે પ્રસરી શકે. થોડી મિનિટ પછી જ્યારે ક્રિયા ચાલતી હતી, ત્યારે હું થોડી ક્ષણ સ્વપ્નાવસ્થામાં સરકી ગયો હતો. જ્યાં સુધી સ્વપ્નમાં વિક્ષેપનો અનુભવ ન થયો, ત્યાં સુધી હું ક્રિયાની અસર અનુભવી શકતો હતો.

પછી તરત ક્રિયા અટકી ગઈ હતી. હું સ્વપ્નાવસ્થા કે તંદ્રાવસ્થામાંથી બહાર આવી ગયો હતો. હું થોડો વધુ સમય પથારી પર પડ્યો રહ્યો હતો. પછી મેં મારાં ગુરુને ટેલીફોન કર્યો હતો. મેં તેમને મારાં સંપૂર્ણ અનુભવ વિશે વાત કરી. તેમણે મને જણાવ્યું હતું કે, આ તમામ પ્રકારની પ્રતિક્રિયાઓ મૂળભૂત રીતે ભૌતિક શરીર સાથે સંબંધિત હતી અને ટૂંક સમયમાં ઊર્જા આ જ રીતે મન અને બાહ્ય ઘટનાઓમાં પ્રકટ થશે. જોકે મારાં ગુરુએ કહ્યું હતું કે, તેઓ મને થયેલા અનુભવથી ખુશ છે અને તેનાથી મને સારાં પરિણામો મળશે!

થોડાં અઠવાડિયા પછી મને વધુ તીવ્ર અનુભવ થયો હતો, છતાં તેનો સંબંધ શ્વાસ સાથે નહોતો. જ્યારે ઊર્જા મસ્તિષ્ક મેરુદંડનાં આધારમાંથી ઉપરની તરફ વહેવાની શરૂઆત થઈ હતી, ત્યારે હું પથારીમાં તંદ્રા અવસ્થામાં હતો. ઊર્જાનો પ્રવાહ ઝડપથી વહેતો હતો. ઊર્જાનાં પેકેટ હોય તેવો અનુભવ થતો હતો. તે મારાં મગજ સુધી પહોંચ્યા પછી મારાં મગજની અંદર વિસ્ફોટ થયો હોય એવો અહેસાસ થયો હતો. મારી આંખો બંધ થતાં મને વિવિધ રંગનાં પ્રકાશ જોવા મળ્યાં હતાં, જે પછી મેં સંપૂર્ણ શાંતિનો અનુભવ કર્યો હતો. પછી મારું મન અતિ શાંતિ થયું હતું.

જ્યારે મેં પવિત્ર મંત્ર ‘ઓમ’ (થોડી મિનિટ) ઉચ્ચારણ કર્યું હતું, ત્યારે ક્રિયાની તાત્કાલિક શરૂઆત થઈ હતી અને ઊર્જાનો પ્રવાહ મારાં મસ્તિષ્ક મેરુદંડમાં ઊર્જાનો પ્રવાહ વહેવો શરુ થયો તથા ઊર્જા કરોડરજ્જુમાં રહેલા ઊર્જાનાં કેન્દ્રો કે ચક્રોમાંથી કોઈ પણ ચક્રમાં કેન્દ્રિત થતી હતી અને તેનું સંકોચન થતું હતું. પછી ધીમે ધીમે મારાં માથા સુધી ઊર્જાનો પ્રવાહ વહેતો હતો. અહીં મને વાચકોને જણાવવું ગમશે કે મસ્તિષ્ક મેરુદંડમાંથી ઊર્જાનો પ્રવાહ કોઈ પણ એક ચક્રમાંથી શરૂ થઇ શકે છે. તે કરોડરજ્જુનાં આધારમાંથી શરૂ થાય એ જરૂરી નથી. ઊર્જા સક્રિય થઇ શકે છે અને કોઈ પણ ચક્રમાંથી ઉપરની તરફ વહન થઇ શકે છે.

ઘણી વખત મારાં ભમ્મર કે આજ્ઞા ચક્ર વચ્ચે ઊર્જાનાં સંકેન્દ્રણ કે સંકોચનનો અનુભવ પણ થયો હતો. મને જે અનુભવ થયો હતો એ સંપૂર્ણપણે સચોટ રીતે સમજાવવો મુશ્કેલ છે. જોકે હું આ માટે પ્રયાસ કરીશ. મને મારી ભમ્મરો વચ્ચે ઝણઝણાટીનો અહેસાસ થયો હતો – કેટલીક વખત તે ઝણઝણાટી હતી અને કેટલીક વખત કંપન જેવો અહેસાસ થતો હતો. મને મારી પીઠમાં આ કંપનોનો અહેસાસ થયો હતો (મારા ભમ્મર જેટલી જ તીવ્રતાનો અહેસાસ).

ઘણાં પ્રસંગે જ્યારે હું ઊંઘમાંથી જાગ્રત અવસ્થામાં આવતો ત્યારેહું અનુભવતો હતો કે હું ગાઢ નિંદ્રા દરમિયાન મારાં મંત્રનો પુનરોચ્ચાર કરતો હતો. જેમ જેમ હું જાગ્રત અવસ્થા તરફ આગળ વધતો હતો, તેમ તેમ મને મારાં હોંઠ આપમેળે ફફડતાં હોય અને મંત્રનું પુનરાવર્તન કરતો હોય તેવું લાગતું. મને ઘણાં પ્રસંગો પર આવો અહેસાસ થયો હતો.

જ્યારે હું ધ્યાન ધરતો હતો, ત્યારે મને સળગતી મીણબત્તીઓ અને ફાનસ, પૂનમનો ચંદ્ર, સૂર્ય અને કેટલીક વખત વીજળીનો ચમકારો દેખાતો હોય એવો અનુભવ થતો હતો. જ્યારે હું તંદ્રા અવસ્થા, ત્યારે પણ ઘણી વખત આ પ્રકારનાં દ્રશ્યો દેખાતા હતાં. સામાન્ય રીતે તે થોડી સેકન્ડ જ જોવા મળતા હતાં.

મને અવારનવાર પૂનમનાં ચંદ્ર અને દિવાઓ દેખાતા હતાં. મારાં ગુરુએ મને સમજાવ્યું હતું કે, આ દ્રશ્યો ‘વિશોક’ પ્રકાશ તરીકે જાણીતા છે.

સંસ્કૃતમાં વિશોક શબ્દનો અર્થ શોકથી મુક્ત એવો થાય છે. એટલે

મનમાં આ પ્રકારનો પ્રકાશ યોગની પ્રક્રિયામાં સારી પ્રગતિ થઈ હોવાનો સંકેત આપે છે.

કેટલીક વખત ધ્યાન કરી વખતે હું મારાં મનમાં અજ્ઞાત પ્રકાશ પણ અનુભવતો હતો.

મારાં શરીરમાં *ક્રિયા* પ્રકટ થયા પછી ધ્યાનનાં શરૂઆતનાં મહિના દરમિયાન મેં મારાં મનમાં તીવ્ર પ્રકાશ અનુભવ્યો હતો. કેટલીક વખત આ પ્રકાશ સૂર્ય જેટલો તેજસ્વી હતો અને લાંબા સમય સુધી આ પ્રકાશ દેખાયો હતો. આ પ્રકાશ વિશોક પ્રકાશથી અલગ છે, જે થોડી સેકન્ડ જ દેખાય છે.

મારી ધ્યાનની સાધના દરમિયાન અને તંદ્રા અવસ્થામાં મને હિંદુ દેવી-દેવતાઓ, ઋષિમુનિઓ, બુદ્ધ, ખ્રિસ્તીનો ક્રોસ તથા વિવિધ ધર્મો સાથે સંબંધિત જુદા જુદાં સંતોનાં દર્શન પણ થતા હતાં.

ઘણાં પ્રસંગોમાં જ્યારે હું ધ્યાન પ્રક્રિયામાંથી પસાર થતો હતો ત્યારે મને થયેલા આર્ષદર્શનને કારણે મારી આંખો ખોલી શકતો નહોતો. મારું મન મારી આંખોને ખુલવાં દેતું નહોતું. લાંબો સમય ધ્યાનમાં બેસવાથી મારાં પગમાં પીડા થતી હતી એટલે મારે બળપૂર્વક આંખો ખોલવી પડતી હતી અને ધ્યાનસત્ર પૂર્ણ કરવું પડતું હતું.

જ્યારે મેં મારાં શરીરમાં પ્રથમ વખત 'અનાહત' અવાજ સાંભળ્યો હતો, ત્યારે હું 23 વર્ષનો યુવાન હતો.

ચાલો સૌપ્રથમ તમને 'અનાહત'નો અર્થ સમજાવું.

તે બાહ્ય કે આંતરિક ઘોંઘાટ વિના પેદા થતો અને મનમાં સંભળાતો ધ્વનિ છે. આ ધ્વનિ સાધક દ્વારા પોતાનાં અંતરમાંથી જ સાંભળી શકાશે, નહીં કે બાહ્ય રીતે. આ અવાજ અનાહત કહેવાય છે, કારણ કે તેનો સંબંધ 'અનાહત ચક્ર' સાથે છે, જે હૃદયમાં સ્થિત ઊર્જાનું કેન્દ્ર છે.

ગુરુ દ્વારા કુંડલિની ઊર્જા સક્રિય થયા પછી આ ઊર્જા કરોડરજ્જુનાં વિવિધ ઊર્જા કેન્દ્રો મારફતે ઊર્ધ્વ દિશામાં ગતિ કરે છે. જ્યારે આ ઊર્જા હૃદય સુધી પહોંચે છે, ત્યારે *અનાહત* અવાજ સાંભળી શકાશે. આ અવાજ આંતરિક કે બાહ્ય એમ કોઈ પણ પ્રકારનાં વિક્ષેપ વિનાં પેદા થતો હોવાથી કોઈ પણ વ્યક્તિ સરળતાપૂર્વક સમજી શકે છે કે આ ધ્વનિ કુંડલિની ઊર્જાશક્તિનો છે. અથવા કોઈ વ્યક્તિ કહી શકે કે કુંડલિની ઊર્જાના તેના સર્વોચ્ચ સ્વરૂપમાં આ પ્રકારનો અવાજ છે. જોગાનુજોગે આ ધ્વનિ સૂચિત સ્ટ્રિંગ સિદ્ધાંત મુજબ આધુનિક વિજ્ઞાન સાથે પણ સમાનતા ધરાવે છે. હું સૈદ્ધાંતિક ભૌતિકશાસ્ત્રની થોડી જાણકારી ધરાવું છું. તમામ દ્રવ્ય વિવિધ પ્રકારનાં તાર કે જોડાણ ધરાવે છે, જેનો અર્થ સંગીત કે અવાજ થાય છે. તારની દરેક આંકડી ચોક્કસ પ્રમાણમાં અવાજ ધરાવે છે. સંસ્કૃત વર્ણમાળાનાં દરેક અક્ષર સાથે ધ્વનિ સંકળાયેલો હોય એવું બની શકે છે – જે

માનવીય શરીરમાં મસ્તિષ્ક મેરુદંડમાં દરેક ચક્રમાં સ્થિત છે. કદાચ આ કારણે પવિત્ર શબ્દ *'ઓમ'*ને સર્વોચ્ચ ઊર્જા કે મહાશક્તિ ગણવામાં આવે છે, જેમાંથી આ બ્રહ્માંડનું સર્જન થયું છે.

મને મારાં કાનમાં સતત સાપનાં ફૂંફાડા જેવો અવાજ સંભળાતો હતો. આ અવાજ છેલ્લાં વીસ વર્ષથી સંભળાય છે અને આ પુસ્તક લખું છું ત્યારે પણ સંભળાઈ રહ્યો છે.

સાત કે આઠ વર્ષ પછી આ ધ્વનિ વધારે સ્પષ્ટ અને મોટો થયો છે. મને નિદ્રાવસ્થામાં સતત આ અવાજ સંભળાય છે. કોઈ વખત થોડી મૂંઝવણ થાય છે, પણ આ સમસ્યાનું કોઈ સમાધાન નથી.

પછીનાં વર્ષોમાં મને મધમાખી ગણગણતી હોય તેવો અવાજ સંભળાવાની શરૂઆત થઈ હતી. કેટલીક વખત મને ઘંટડીનાં રણકાવ સંભળાતા હતાં. કેટલીક વખત મધુર વાંસળી સંભળાઈ હતી.

ક્યારેક મને થોડી ક્ષણો માટે વરસાદ વરસી રહ્યો હોય તેવો અવાજ સંભળાતો. હું તરત મારી રૂમની બહાર નીકળતો અને હવામાન તદન સામાન્ય હોવાની જાણ થતી.

ક્યારેક મને મારી ડોરબેલ સંભળાતી હતી અને હું ઊંઘમાંથી જાગીને તરત દરવાજો ખોલતો હતો. પણ બહાર કોઈ ન હોય. ઘણી વખત મને મોબાઇલ ફોનની રિંગ સંભળાતી હતી અને હું જાગીને તરત મોબાઇલ ફોન હાથમાં લેતો હતો. પણ મને જણાતું થતો હતો કે કોઈનો કોલ આવ્યો નહોતો.

મેં નિદ્રાવસ્થામાં આ પ્રકારનો વિક્ષેપ ઘણી વખત અનુભવ્યો છે.

કેટલીક વાર મને વિચિત્ર પ્રકારની ગંધ આવતી હતી, રો ક્યારેક મારાં મુખમાં અતિ હળવો મીઠો સ્વાદ અનુભવાતો હતો.

સાથે સાથે જ્યારે મેં 'અનાહત' ધ્વનિ સાંભળવાની શરૂઆત કરી (23 વર્ષની ઉંમરે) હતી, ત્યારે મને કરોડરજ્જુમાં કંપનોનો અહેસાસ થયો હતો. પછીનાં વર્ષોમાં આ કંપનો વધુને વધુ તીવ્ર થયાં હતાં. અનાહત ધ્વનિની સાથે મને છેલ્લાં 20 વર્ષ કે વધારે સમયથી કરોડમાં આ કંપનોનો અહેસાસ થાય છે. જોકે મારાં શરીરમાં ચાલી રહેલી આ ઊથલપાથલથી મારાં સ્વાસ્થ્ય પર કોઈ નુકસાનકારક અસર થઈ નથી.

વાચકોને વિચાર આવી શકે છે કે મેં વર્ષ 2007માં *સિદ્ધ મહા યોગ*ની સાધના શરૂ કરી હતી, જ્યારે મેં અનાહત ધ્વનિ સાંભળવાની શરૂઆત કરી હતી, ત્યારે મારી ઉંમર 23 વર્ષ હતી. શક્ય છે કે મેં પૂર્વજન્મોમાં યોગની સાધના શરૂ કરી હશે. જોકે આ અંગે ટિપ્પણી કરવા સક્ષમ નથી અને તેનો નિર્ણય નમ્રતાપૂર્વક મારા ગુરુ પર છોડી દઉં છું.

મેં અગાઉ જણાવ્યાં મુજબ, જ્યારે હું 30 કે 31 વર્ષનો થયો હતો, ત્યારે

પૂર્વજન્મો સાથેનાં દ્રશ્યો દેખાવાની શરૂઆત થઈ હતી. જોકે આ દ્રશ્યોએ મને મારાં પૂર્વજન્મો વિશે વધારે માહિતી આપી નહોતી. એટલે હું પૂર્વજન્મોને યાદ કરવા સક્ષમ નથી.

ઊર્જા શક્તિ અને સાધક વચ્ચેનું સંયોજન

યોગ સાથે સંકળાયેલા વિવિધ ગ્રંથો મુજબ, મનોભાવ કે માનવીય લાગણીઓ નવ પ્રકારની હોય છે. તેમાં ડર, ગુસ્સો, લોભ, અભિમાન, કામ-વાસના વગેરે સામેલ છે.

આદિકાળની સર્વોચ્ચ પરમ સત્તા જુદા જુદા પ્રકારની *ક્રિયા શક્તિઓ* પ્રકટ કરે છે, જેથી સાધક તેના મનમાં રહેલ તમામ નવ પ્રકારની માનવીય લાગણીઓ સાથે સંબધિત વિષયાસક્તિમાંથી હમેશા માટે મુક્ત થઇ શકે આ ક્રિયાશક્તિ મનુષ્યનાં મનમાં જ આ મનોભાવોના બીજોનો મૂળમાંથી નાશ કરે છે જેથી આ મનોભાવો કોઈ પણ પ્રકારની શારીરિક કે માનસિક સ્થિતિમાં ફરી ઉદ્ભવી શકતા નથી.. જેના પરિણામે સાધક હંમેશાને માટે બધા જ વિચારો અને લાગણીઓ માંથી મુકત થઇ જાય છે. હવે વાચકો સરળતાપૂર્વક સમજી શકે છે કે આ પ્રકારનાં વિચારોને દબાવવાથી કે તેને નિયંત્રણમાં લેવાથી વ્યક્તિને કોઈ પણ પ્રકારનો ફાયદો ન થઈ શકે. હકીકતમાં આ પ્રકારનાં મનોવિકારોનો નાશ કાયમ માટે કરવો પડે છે અને આ કાર્ય માત્ર દૈવી ઊર્જા શક્તિ દ્વારા જ શક્ય બને છે.

જ્યારે સાધક તેના અર્ધજાગ્રત મનનાં વિવિધ સ્તરોમાં અંકિત થયેલાં આ મનોવિકારોને જોવા પામશે અથવા અનુભવશે, ત્યારે તે ખરેખર ચકિત થઇ જશે. કોઈ પણ પ્રકારનાં સ્વૈચ્છિક માનસિક પ્રયાસ વિના સાધકને તેના મનમાં જન્મ લેતાં અકલ્પનિય અને વિચારી ન શકાય તેવા વિવિધ વિચારોનો પરિચય કે અનુભવ થશે.

આદિકાળની સર્વોચ્ચ પરમ સત્તા મનના અગાધ ઊંડાણમાં પ્રવેશ કરે છે અને અત્યાર સુધી અંકિત થયેલા તમામ મનોવિકારોને વિસ્તૃતપણે દૂર કરે છે.

જેમ જેમ વિષયાસક્તિના વિચારો અને મનોવિકારો દૂર થાય છે, તેમ તેમ મન ક્રમશઃ શાંતિ અને પ્રશાંતિની અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે. તેનાં પરિણામે દરેક મનુષ્યનાં હૃદયની અંદર સુષુપ્ત અવસ્થામાં રહેલ સંપૂર્ણ ચેતના તેના વાસ્તવિક સ્વભાવમાં પ્રકટ થાય છે.

આ ચેતના મારાં મનમાં ઝળહળતા સૂર્યપ્રકાશ સ્વરૂપે પ્રકટ થતી હતી. ક્યારેક આ સૂર્ય પ્રકાશ જાણે કોઈ ધુમાડા થી આવૃત થઈને ઝાંખો પડી જાય તેવી દેખાતો !

જોકે મહત્ત્વપૂર્ણ વાત આ તેજસ્વી પ્રકાશનું પ્રકટ થવું નથી, પણ તેની સાધકનાં મન પર થતી અસર છે. સાથે સાથે આ માનસિક અવસ્થા કેટલો સમય ટકી રહે છે એ પણ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. સામાન્ય રીતે ધ્યાનની સારી અવસ્થા મેળવ્યાં પછી તેની અસર ઓછામા ઓછા બેથી ત્રણ દિવસ સુધી રહે છે, છતાં આ

અવસ્થાનો ચોક્કસ સમયગાળો નક્કી ન કરી શકાય.

મેં અગાઉ જણાવ્યાં મુજબ, મનોવિકારો રાતોરાત સંપૂર્ણપણે દૂર થતાં નથી. આ તબક્કાવાર પ્રક્રિયા છે, જે લાંબા સમયગાળામાં આકાર લે છે.

મનોવિકારો (નવ પ્રકારનાં મનોભાવ સાથે સંબંધિત) મનમાંથી કેવી રીતે દૂર થાય છે એ સમજાવવા હું અહીં થોડાં અનુભવો જણાવીશ. મનોવિકારો દૂર કરવા માટે સર્વોચ્ચ ઊર્જા સુનિશ્ચિત કરે છે કે સાધક કોઈ પણ ઘટના (કોઈ ખાસ મનોભાવ સાથે સંબંધિત)નો અનુભવ હળવા સ્વરૂપે કરે! કેટલીક વખત કોઈ અનુભવનું પુનરાવર્તન અવારનવાર કે વારંવાર થાય અથવા પછીથી તે લાંબા સમય સુધી થઈ શકે છે, એટલે મનોભાવનોનાં જામી ગયેલાં સ્તરને તબક્કાવાર દૂર કરવા પડે છે (જોકે તેમાં ઝડપ દાખવવી પડે છે). યોગનાં દરેક સાધકે યાદ રાખવું જોઈએ કે સામાન્ય વ્યક્તિની સરખામણીમાં તેની સાધના પોતાનાં અંતિમ પરિણામ પર ઝડપથી પહોંચશે. મેં આ વિશે એક પ્રકરણમાં વિસ્તૃતપણે સમજાવ્યું છે. જેમ જેમ સાધક સર્વોચ્ચ શિખર પ્રાપ્ત કરવા તરફ આગળ વધશે, તેમ તેમ તેનું માનસિક સંતુલન બરોબર જળવાઈ રહે છે.

જ્યારે હું જમ્મ-કાશ્મીરમાં શ્રીનગરમાં રહેતો હતો, ત્યારે પ્રથમ વખત ક્રિયાશક્તિ પ્રકટ થવાની શરૂઆત થઈ હતી. તેનાં પરિણામે મેં મારાં અર્ધજાગ્રતપણે ગર્વની લાગણી અનુભવવાની શરૂઆત કરી હતી. મેં જાણે હું કોઈ મહાન યોગી હોવું એવું વર્તન કરવાનું શરુ કર્યું. કે પછી આ ક્રિયાની છાપ મારા પૂર્વ જીવન દરમિયાન મારાં મનમાં અંકિત થયેલા હોય તેમ પણ બની શકે છે.

મને જણાવવામાં આવ્યું હતું કે, શ્રીનગરની મધ્યમમાં પર્વતનાં શિખર પર એક ગુફા હતી, જેમાં ભારતનાં મહાન લોકપ્રિય સંત શંકરાચાર્યએ લગભગ 1,000 વર્ષ પહેલા સાધના કરી હતી.

મારી આતુરતા વધી ગઈ હતી. મેં ગુફામાં જઈને ધ્યાન કરવાનો નિર્ણય લીધો હતો, જેથી મને શક્તિશાળી સ્પંદનોનો લાભ મળે અને આસપાસની શાંતિનો અનુભવ થાય.

હું કાર લઈને શિખર પર પહોંચ્યો અને પછી પગથિયા ચઢીને ગુફા સુધી પહોંચ્યો. ગુફા નાની હતી અને તેમાં છથી આઠ લોકો બેસી શકે એટલી જગ્યા હતી.

હું ગુફાનાં ખૂણામાં જઈને ધ્યાનની મુદ્રામાં બેસી ગયો. આ પર્વત શ્રીનગરમાં લોકપ્રિય પ્રવાસન સ્થળ છે. તેનં પરિણામે ગુફામાં પ્રવાસીઓની અવરજવર સતત ચાલુ હતી.

શરૂઆતમાં મને ખલેલ પડી, છતાં ગુફાની અંદર તરંગો શક્તિશાળી હતાં અને હું તેને સ્પષ્ટપણે અનુભવી શકતો હતો. પછી એકાએક હું ધ્યાનની અવસ્થામાં સરકી ગયો.

મારી એકાગ્રતા વધતી ગઈ અને મેં બે કલાકથી વધારે સમય ધ્યાન કર્યું. હું ગુફાનાં પથ્થરનાં ભોંયતળિયા પર બેઠો હતો. મેં અંગૂઠો તળિયા પર દબાવ્યો હતો.

જોકે મારું શરીર સંપૂર્ણપણે સ્થિર હતું અને મારી મુદ્રા શિલાની જેમ અડગ હતી. જેમ જેમ ધ્યાન વધતું ગયું તેમ તેમ પ્રવાસીઓનો અવાજ ઓછો થતો ગયો. આ સ્થિતિમાં પણ મને પ્રવાસીઓનો અવાજ ધીમે ધીમે સંભળાતો હતો અને કેટલાંક પ્રવાસીઓ મારાં ધ્યાનની પ્રક્રિયાની પ્રશંસા કરતાં હતાં.

આ પ્રકારની પ્રશંસા સાંભળીને મારાં મનમાં એકાએક મારાં અર્ધજાગ્રત મનમાં ગર્વની લાગણી જાગ્રત થઈ.

હું મારી જાતને મહાન સંત માનવા લાગ્યો હતો. મારાં ધ્યાનમાં કામચલાઉ વિક્ષેપ ઊભો થયો હતો. મારાં મનની અંદર જન્મેલી પ્રતિક્રિયામાંથી હું બહાર આવું એ અગાઉ મારાં હ્રદયમાં અહંકારની લાગણી જન્મી હતી. ચોક્કસ, થોડાં સમય પછી હું ધ્યાનની સાધારણ સ્થિતિમાં પાછો ફરી શક્યો હતો.

આ રીતે મારાં મનમાંથી ગર્વ કે અહંકારની લાગણી સાથે સંબંધિત તમામ મનોભાવો દૂર થયાં હતાં! આ માટે જરૂરી વાતાવરણ માટે મને ગુફા તરફ દોરી જનાર અને ધ્યાન ધરવા માટે પ્રેરિત કરનાર ઊર્જાશક્તિ જ સુનિશ્ચિત થયું હતું.

અહીં વાચકોને એ સમજવાની જરૂર છે કે સંપૂર્ણપણે નિરાભિમાની થવાથી કામ, ક્રોધ, લોભ જેવા આવેગો કાયમ માટે શાંત થાય છે અથવા સાધકે ધીમે ધીમે ધ્યાન ધારણ કરીને આ અવસ્થાએ પહોંચવું પડે છે. મૌલિક ઊર્જાની કામગીરી અતિ ગૂઢ હોવાથી તેને સમજવી મુશ્કેલ છે.

હું 29 ઓગસ્ટ, 2011નાં રોજ કારમાં શ્રીનગરથી પ્રસિદ્ધ વૈષ્ણો દેવીની ગુફાનાં દર્શને ગયો. મેં રાતવાસો નજીકનાં શહેર ઉધમપુરમાં કર્યો હતો. હું અહીં મારાં મિત્રને ત્યાં રોકાયો. અમે બંનેએ આગલા દિવસે વૈષ્ણોદેવીના દર્શને જવાનું નક્કી કર્યું.

બીજા દિવસે સવારે અમે બંને કટરા જવા નીકળ્યાં, જે હિમાલયનાં ત્રિકુટ પર્વતની તળેટીમાં વસેલું છે. વૈષ્ણો દેવીનું મંદિર આ ગુફામાં પર્વતનાં શિખરની નીચે સ્થિત છે. આ ભારતમાં અતિ લોકપ્રિય યાત્રાધામ છે, ખાસ કરીને માતાજીની શક્તિમાં શ્રદ્ધા ધરાવતાં લોકો માટે.

અમે બંને સવારમાં જીપમાં નવ કે દસ વાગે કટરાં પહોંચ્યાં. મેં ઘોડાં પર બેસીને પર્વત ચઢવાનું નક્કી કર્યું જ્યારે મારાં મિત્રએ માતાજીનાં દર્શન પગપાળા ચઢીને કરવાનો આગ્રહ રાખ્યો. મેં ઈનકાર કર્યો કેમ કે હું પગપાળા ચઢવાનાં મૂડમાં નહોતો.

કટરા પહોંચ્યા પછી મારો મૂડ બદલાઈ ગયો અને હેલિકોપ્ટરમાં બેસીને વૈષ્ણો દેવી સુધી જવાનું નિક્કી કર્યું. અમે બંને ટિકિટ લેવા હેલિપેડ

પર પહોંચ્યાં. જ્યારે અમે હેલિપેડ પર પહોંચીને ટિકિટની માંગણી કરી, ત્યારે કર્મચારીએ હેલિકોપ્ટર સેવા બંધ હોવાનું જણાવ્યું. હવામાન ચોખ્ખું ન હોવાથી હેલિકોપ્ટર સેવા કામચલાઉ ધોરણે બંધ કરવામાં આવી હતી. વળી અમને એવું પણ જણાવવામાં આવ્યું કે, હેલિકોપ્ટર સેવા શરૂ થશે તો પણ અગાઉથી મોટી સંખ્યામાં પ્રવાસીઓનું બુકિંગ થઈ ગયું છે.

અમારી પાસે કોઈ વિકલ્પ ન હોવાથી અમે બંને ઘોડા પર સવારી કરવા માટે ગયા. અમને ત્યાં પણ નિરાશા સાંપડી. સ્થાનિક વહીવટીતંત્રનાં કોઈ નિર્ણય સામે ઘોડાઓનાં માલિકો સામૂહિક રીતે હડતાલ પર ઉતરી ગયા હતાં અને તેમણે આ સેવા કામચલાઉ ધોરણે બંધ કરી દીધી હતી. પછી મેં પાલખીની તપાસ કરી. અમારાં કમનસીબે પાલખીવાળા પણ નહોતાં.

હેલિકોપ્ટર, ઘોડાં અને પાલખી – બધી સેવા એક યા બીજા કારણસર બંધ થઈ ગઈ હતી.

છેવટે અમારે પગપાળા ચઢવું કે પરત ફરવું એ નક્કી કરવાનું હતું. મારો બાળપણનો મિત્ર મારી દુવિધા જોઈને રાજી થતો હતો અને હસતો હતો. કોઈ રીતે મેં મારો નિર્ણય બદલ્યો અને પગપાળા ચઢવાનું નક્કી કર્યું

પર્વતનું ચઢાણ સીધું અને આકરું છે. વૈષ્ણો દેવીની ગુફા સુધી આશરે ચૌદ કિલોમીટરનું અંતર છે. સામાન્ય રીતે ત્યાં પહોંચવામાં ચારથી પાંચ કલાક લાગે છે. અમે બંને લગભગ અડધું અંતર કાપ્યું ત્યાં એકાએક ખળભળાટ થયો.

હેલિકોપ્ટરની સેવા શરૂ થઈ ગઈ, ઘોડેસવારો જોઈ શકાતાં હતાં અને પાલખીસવારે યાત્રાળુઓને ગુફા તરફ લઈ જતાં હતાં. જ્યારે અમે પૂછપરછ કરી ત્યારે અમને જાણવા મળ્યું કે હડતાલ પાછી ખેંચી લેવામાં આવી છે અને સ્થાનિક વહીવટીતંત્ર સાથે સમાધાન થઈ ગયું છે.

એટલું જ નહીં એક ઘોડાનો માલિક મારી સામે ટટ્ટુ લઈને આવ્યો અને મારે ટટ્ટુ પર બેસીને ગુફા સુધી પહોંચવું છે એવી પૂછપરછ કરી. તે મારાં ઘાં પર મીઠું પર ભભરાવતો હોય એવો અહેસાસ મને થયો.

મને લાગ્યું કે માતા વૈષ્ણો દેવીની ઇચ્છા હું પગપાળા પર્વત ચઢીને તેમનાં દર્શન કરું એવી છે એટલે મેં પગપાળા જ બાકીનું અંતર કાપવાનો નિર્ણય લીધો. જોકે પછી આશ્ચર્યજનક રીતે બાકીનું અંતર સરળતાથી કપાતું ગયું અને મને થાક લાગ્યો જ નહીં.

આ રીતે સર્વોચ્ચ દેવી ઊર્જા દ્વારા તમામ અહંકારજન્ય મનોભાવો મનમાંથી દૂર થાય છે!

મેં થોડાં દિવસ પછી 3 સપ્ટેમ્બર, 2011નાં રોજ દેવાસમાં નાર્દયાન કુટી સન્યાસ આશ્રમની મુલાકાત લીધી હતી. વાચકોએ યાદ હશે કે આ આશ્રમ વિશે મેં અગાઉનાં પ્રકરણોમાં વાત કરી હતી.

મને પાછળથી જાણકારી મળી હતી કે આશ્રમની અંદર એક ગુફા છે, જ્યાં કેટલાંક સંતોએ સાધના કરી હતી. એટલે સ્વાભાવિક રીતે મારી આતુરતા વધી ગઈ અને હું આશ્રમમાં ગયો. હું ગુફામાં જઈને ધ્યાનની મુદ્રામાં બેસી ગયો અને મારાં મંત્રનો પુનરોચ્ચાર શરુ કર્યો.

મને નવાઈ લાગી કે, મને મંત્રની એક પણ લાઇન યાદ આવી નહીં!

મને મોટો આંચકો લાગ્યો હતો, કારણ કે હું દરરોજ આ મંત્રનું ઉચ્ચારણ કરતો હતો. મેં ગુફામાં થોડો સમય આ મંત્રને યાદ કરવાનો પ્રયાસ કર્યો, પણ મારો પ્રયાસ નિષ્ફળ નિવડ્યો. હું નિરાશ થઈને આશ્રમની બહાર નીકળ્યો અને મારાં હોટેલનાં રૂમમાં પહોંચ્યો. હોટેલનાં રૂમમાં પગ મૂકતાં જ મને તરત જ મંત્રની લાઇનો યાદ આવી ગઈ હતી.

બીજા દિવસે હું ફરી આશ્રમમાં ગયો અને ગુફામાં ધ્યાનની મુદ્રામાં બેસી ગયો. મેં મારાં મંત્રનો પુનરોચ્ચાર કર્યો. મેં લગભગ એક કલાક કે વધારે સમય સુધી ધ્યાન કર્યું. એકાએક ગુફાની બહાર ધોધમાર વરસાદ શરૂ થયો.

મારાં ધ્યાનમાં થોડો સમય વિક્ષેપ પડ્યો અને મેં મારીં આંખો ખોલી. ગુફાની અંદર અંધકાર ફેલાયેલો હતો, કારણ કે વીજ પ્રવાહ બંધ થયેલો હતો. મેં વિચાર્યું કે ધ્યાન કરવાની પ્રક્રિયામાં આગળ વધવામાં જ સાર છે. એટલે મેં ફરી મારી આંખો બંધ કરી અને ધ્યાન કરવાનું શરૂ કર્યું.

ગુફાની બહાર ધોધમાર વરસાદ ચાલુ હતો અને ગુફાની ચોતરફ પાણી ભરાઈ ગયું હતું. મારી ધ્યાન કરવાની પ્રક્રિયા ચાલુ હતી. હું જાણતો હતો કે, હું ગુફામાં વીજળી વિના અંધકાર વચ્ચે એકલો બેઠો હતો. વળી આ ગુફા આશ્રમનાં મુખ્ય બિલ્ડિંગથી અલગ હતી એ વિશે પણ હું વાકેફ હતો. ગુફાની બહાર વરસાદ ચાલુ હતો, વીજળીનાં કડાકાભડાકા સંભળતા હતાં, ચમકારાં દેખાતાં હતાં.

કોઈ પુસ્તકમાં મને જાણકારી મળી હતી કે ગુફામાં માનવીય આત્માનો અથવા દુરાત્મા વાસ હોય છે. આ આત્મા દુષ્ટ હોય એ જરૂરી નથી. હકીકતમાં આત્મા એટલે ભૌતિક શરીર વિનાની રુહ કે આત્મા. તે મનુષ્ય કે પ્રાણી હોઈ શકે છે. વળી માનવીય આત્મા ફરી મનુષ્ય સ્વરૂપે જ જન્મ લે એ જરૂરી નથી. આત્મા કોઈ પણ પ્રાણી સ્વરૂપે પુનઃ જન્મ લઈ શકે છે. યોગનાં ગ્રંથો મુજબ, આ સર્વસામાન્ય ધારણા છે, જેમાંથી દરેક પ્રાણી પસાર થાય છે. એટલે જ કહેવાય છે કે પરમેશ્વર પૃથ્વી પર વિચરતા દરેક જીવમાં રહેલો છે.

ગુફાની અંદર મારાં મનમાં આત્માની હાજરી વિશે કેટલાંક વિચારો જાગ્યાં,મારી આસપાસનાં શાંત વાતાવરણ અને મારાં વિચારોનાં પરિણામે એકાએક મારાં મનમાં ભય પેદા થયો!

આ અજ્ઞાત ડરને કારણે હું અતિ ચિંતિત થઈ ગયો! આ માનિસક અવસ્થા થોડી મિનિટ જળવાઈ રહી હતી. છેવટે ગુફાનાં અંધકારમાં મેં મારી આંખો

બળપૂર્વક ખોલી. હું વધારે સમય ધ્યાન કરવાની સ્થિતિમાં નહોતો. બીજી તરફ, હું જાણતો હતો કે મારાં મનમાં જાગેલ ડરની *ક્રિયા* અટકાવવી શક્તિપીઠનાં ધ્યાનનાં સિદ્ધાંત વિરૂદ્ધ હતી. એટલે થોડી મિનિટ દ્વિધામાં પસાર કર્યા પછી મારાં મોબાઇલ ફોનની ટોર્ચ લાઇટ ચાલુ કરી અને ગુફામાંથી બહાર નીકળ્યો.

આ દૈવી ઊર્જા દ્વારા મન પર અંકિત થયેલ ડર (ખાસ કરીને આત્મા અને શેતાન વિશે) મનમાંથી દૂર કરવાની પ્રક્રિયાનું ઉદાહરણ છે.

જ્યારે હું દેવાસમાં હતો, ત્યારે મેં અન્ય એક મહત્ત્વપૂર્ણ સ્થળની મુલાકાત લેવાનું નક્કી કર્યું હતું. મને અગાઉ જાણકારી મળી હતી કે, શહેરમાં એક 100 વર્ષથી વધારે સમય અગાઉ એક યોગીરાજ રહેતાં હતાં. તેઓ નાથ સંપ્રદાય સાથે સંબંધિત હતાં. ભારતમાં પ્રાચીન સમયથી નાથ સંપ્રદાયનું અસ્તિત્વ છે. આ યોગીરાજ બાબા શૈલનાથ તરીકે પ્રસિદ્ધ હતાં. તેઓ પોતાની સાથે હંમેશા લાકડાનો સળગતો ટુકડો રાખતાં હતાં. સળગતું લાકડું સાધકનાં મનમાંથી આવેશ કે આવેગોનું શમન કરવાનું પ્રતીક છે. તેમણે શહેરમાંથી પ્રસ્થાન કર્યા પછી તેમનાં અનુયાયીઓએ ધૂણી ધખાવવાનું પરંપરા જાળવી રાખી હતી. અત્યારે પણ તમે બાબા શૈલનાથ સાધના કરતાં હતાં એ જગ્યાની મુલાકાત લેશો તો તેમને આ જોવા મળશે. આ સ્થાન બાબા શૈલનાથની ધૂણી સંસ્થા તરીકે જાણીતી છે અને શહેરની બહાર સ્થિત છે.

સ્વાભાવિક રીતે મને આ સ્થળની મુલાકાત લેવામાં રસ હતો અને મારું શીશ નમાવવા ત્યાં ગયો. મેં ધૂણી જોઈ અને ત્યાં ધ્યાન ધરવા બેસી ગયો. હું શહેરને છોડતાં અગાઉ શાંત વાતાવરણમાં થોડી મિનિટ પસાર કરવા ઇચ્છતો હતો. પણ લગભગ એકથી બે કલાક સુધી હું ધ્યાન અવસ્થામાં સરકી ગયો અને મને આજે પણ તેની નવાઈ લાગે છે. હું અહીં લાંબો સમય ધ્યાન ધરાવતા ઇચ્છતો નહોતો. વળી સફર લાંબી હોવાથી મારે ઝડપથી શહેરમાંથી બહાર નીકળી જવું હતું. છતાં મને અહીં મારી ઇચ્છાથી વિપરીત લાંબો સમય ધ્યાન ધારણ કરવાની ફરજ પડી હતી.

સામાન્ય રીતે અગાઉ ધ્યાન ધારણ કરવાની પ્રેક્ટિસ હોવાને કારણે આ પ્રકારની સ્થિતિ આકાર લેતી હોય છે. (મનમાંથી આ પ્રકારની છાપ દૂર થવી પણ જરૂરી છે). વાચકે સમજવું જોઈએ કે સર્વોચ્ચ ઊર્જા સાધકનાં મનમાંથી દરેક અને તમામ પ્રકારનાં આવેગો કે મનોભાવો દૂર કરે છે. યોગનાં ગ્રંથો મુજબ, વ્યક્તિનું સર્વોચ્ચ દિવ્યતાથી અલગ અસ્તિત્વ હોય છે એ વિચારને કાયમ માટે દૂર કરે છે. આ રીતે દૈવી શક્તિ સાથે યોગ કે વ્યક્તિઓનાં આત્માનું જોડાણની અસર થાય છે.

દેવાસની મુલાકાત લીધા પછી હું બસારા ગયો. બસારા ગોદાવરી નદીનાં કિનારે વસેલું છે અને હાલ ભારતનાં તેલંગાણા રાજ્યમાં છે.

કહેવાય છે કે વેદો અને મહાભારતનાં રચિયતા મહર્ષિ વેદવ્યાસ પ્રાચીન

કાળમાં અહીં રહેતાં હતાં અને અહીં જ તેમણે ધ્યાન કર્યું હતું. બસારા નામનાં નાનાં નગરમાં આજે પણ એક નાની ગુફા છે, જેમાં વ્યાસે ધ્યાન સાધના કરી હોવાનું માનવામાં આવે છે.

મારી આતુરતા આ ગુફાની મુલાકાત લેવા માટે વધી ગઈ હતી અને હું ગુફા સુધી પહોંચી ગયો. અહીં પણ મેં ધ્યાન કર્યું. ગુફા અતિ નાની અને સાંકડી છે. મારે ઘુંટણથી ચાલીને અંદર જવું પડ્યું. જોકે ગુફા અંદરથી ચારથી પાંચ વ્યક્તિઓ બેસી શકે એટલી જગ્યા ધરાવતી હતી. હું ધ્યાન કરવાની મુદ્રા ધારણ કરીને બેસી ગયો. મને ગુફાનાં પ્રવેશદ્વાર પર કહેવાયું હતું કે, ગુફા એક કલાક પછી બંધ થઈ જશે. વળી ગુફામાં પ્રવાસીઓનો ધસારો ચાલુ હતો. ગુફા અંદરથી પ્રકાશિત હતી. જોકે દૂર એક ખૂણામાં બેસી ગયો, જેથી મારી સાધનામાં ખલેલ ન પહોંચે.

ગુફાની અંદર શક્તિશાળી તરંગોનો અહેસાસ થતો હતો. હું મારાં મન પર તેની અસરને અનુભવી શકતો હતો. છેવટે હજારો વર્ષ અગાઉ આ ગુફામાં મહાન ઋષિએ સાધના કરી હતી!

ગુફાની અંદરનું વાતાવરણ સકારાત્મક તરંગો સાથે ઊર્જાવંત કરતું હતું.

મેં એક કલાક ધ્યાન ધર્યું હતું કે કોઈ અજાણ્યા કારણસર તેમાં ખલેલ પડ્યો હતો. મેં મારી આંખો ખોલી અને જોયું કે લાઇટ બંધ થઈ ગઈ હતી અને એક ખૂણામાંથી ગુફામાં બહુ જ ઓછો સૂર્યપ્રકાશ આવતો હતો. વળી મેં જોયું કે પ્રવાસીઓનું આગમન સંપૂર્ણપણે બંધ થઈ ગયું હતું. ગુફામાં મારાં સિવાય કોઈ જ નહોતું. પ્રવાસન વિભાગનો કર્મચારી ગુફાનાં પ્રવેશદ્વાર પર હશે કે કેમ એની પણ મને ખબર નહોતી. ઉપરાંત આ ગુફા નાની ટેકરી પર હતી, જેની આસપાસ ઘટાદાર વનરાજી હતી.

મારાં મનમાં શંકા જાગી હતી કે પ્રવાસન વિભાગનાં કર્મચારીએ મને ગુફાની અંદર જોયો નહીં હોય અને તે પ્રવેશદ્વાર બંધ કરીને જતો રહ્યો હશે. હવે બીજા દિવસની સવાર સુધી ગુફા ખુલશે નહીં એવું મને લાગ્યું.

દેવાસ શહેરની ગુફામાં ધ્યાન ધરતી વખતે જે પ્રકારનો ડર પેદા થયો હતો એવાં જ ડરનાં વાદળો મારાં મનમાં એક વખત ફરી ઘેરાયા હતાં.

પણ આ વખતે મેં મારાં મનમાં જાગેલા ડર સામે લડવાનો નિર્ણય લીધો અને ત્યાં બેસી રહ્યો તથા ધ્યાન ધરવા માટે મારી આંખો ફરી બંધ કરી.

મેં વિચાર્યું કે મારે આખી રાત ખાધાપીધા વિના ગુફામાં પસાર કરવી પડશે. મને ખાતરી હતી કે, ગુફા બીજા દિવસે સવારે ખુલી જશે. એટલે ગુફામાં મેં ધ્યાન કરવાનું ચાલુ રાખ્યું. જોકે મારી જાતને મેં ખાતરી આપી હોવા છતાં મારાં મનમાં જાગેલો ડર દૂર થયો નહોતો.

પછી વધીને 15 મિનિટ સુધી હું જેમ તેમ કરીને ધ્યાન કરી શક્યો. મારાં મનની અંદર રહેલો ડર વધતો ગયો અને છેવટે મે આંખો ખોલી. હું ધીમે ધીમે કરીને

આગળ વધ્યો અને જોયું તો પ્રવાસન વિભાગનો કર્મચારી મારી રાહ જોતો હતો. તેણે નમ્રતાપૂર્વક મને જણાવ્યું કે મને ધ્યાનમાં બેઠેલો જોઈને થોડો વધુ સમય રાહ જોવાનો નિર્ણય કર્યો હતો, જેથી મને ખલેલ ન પડે.

મેં ઉપરોક્ત ઘટનાનો ઉલ્લેખ વાચકોને એ વાત સમજાવવા માટે કર્યો છે કે પરમ સત્તા રૂપ ઊર્જાશક્તિ અને સાધકના રોજિંદા જીવન વચ્ચે કેવી રીતે આદાનપ્રદાન થાય છે. સાધક સર્વોચ્ચ ઊર્જાને અલગ એકમ તરીકે અનુભવે છે, જે પારસ્પરિક છે. મારાં જીવનમાં આ પ્રકારનાં અનેક બનાવો બન્યાં છે. મને આશા છે કે વાચકો હવે ક્રિયાનાં વિવિધ અન્ય પ્રકારોને વિસ્તૃતપણે સમજી શકતા હશે , જે મારાં રોજિંદા જીવનમાં જોવા મળ્યાં હતાં.

જોકે વાચકો થઈ શકે છે કે આ પ્રકારનાં અનુભવો (ઉપરોક્ત) કોઈ પણ વ્યક્તિનાં જીવનમાં થઈ શકે છે.

અહીં મારે વાચકોનું ધ્યાન શરીરમાં ઊર્જાનાં પ્રવાહ પર અગાઉનાં પ્રકરણોમાં આપેલી જાણકારી પર દોરવું છે. જ્યારે શરીરની અંદર અલગ એકમ તરીકે ઊર્જાનો પ્રવાહ વહે છે, ત્યારે તે તમામ તર્ક અને તાર્કિક વૈજ્ઞાનિક સમજણથી પર હોય છે. અનુભવ પછી સાધકની માનસિક સ્થિતિમાં મોટો ફેરફાર થાય છે.

પોતાનાંથી અલગ એકમ તરીકે સાધકને ઊર્જાનો અનુભવ થાય છે.

જેમ જેમ સાધક યોગ ક્રિયાઓમાં આગળ વધે છે તેમ તેમ સર્વોચ્ચ ઊર્જાના સાચા સ્વરૂપને જાણે છે અને તેની માનસિક દુવિધા દૂર થાય છે.

સાધકને ઊર્જાના સાચા સ્વરૂપનો અહેસાસ થવો જરૂરી છે. આ જ ઊર્જા મનની કાયાપલટ કરવા માટે જરૂરી ઊર્જા છે. આ હેતુ માટે જ રોજિંદા સાધારણ જીવનમાં ઊર્જા અને સાધક વચ્ચે આ પ્રકારનું આદાનપ્રદાન સ્થાપિત થાય છે. વ્યક્તિનાં રોજિંદા સાધારણ જીવનમાં વિવિધ બનાવો (જેમ કે અગાઉ વર્ણન કરેલા કિસ્સાઓ) બને છે અને વ્યક્તિ દૈવી ઊર્જાની ગૂઢ શક્તિથી પરિચિત થાય છે.

સાધકનું મન ધીમે ધીમે આ સ્થિતિએ પહોંચે છે અને તેમાં તેને સર્વોચ્ચ ઊર્જાની સાચી પ્રકૃતિનો પરિચય થાય છે.

મારે તમને આ અંગે થોડી વધારે જાણકારી આપવી છે.

સાધારણ મનુષ્યમાં અહંકાર જોવા મળે છે. વ્યક્તિ જે કંઈ પણ કરે એનાથી તેની અંદર ‘પોતે કર્તા’ હોવાની ભાવના વધે છે. વ્યક્તિ સર્વોચ્ચ દૈવી ઊર્જાનો અહેસાસ કર્યા વિના સર્વોચ્ચ ઊર્જા સાથે સંપૂર્ણતા અનુભવે છે, જે એ વ્યક્તિ દ્વારા કોઈ પણ અને તમામ કાર્યનું કારણ અને અસર હોય છે. વ્યક્તિ વિચારે છે કે તેનું પોતાની જાત પર સ્વનિયંત્રણ છે. હકીકતમાં મનમાં સ્વત્વની ભાવના સર્વોચ્ચ હોય છે. અથવા સ્વ કે આત્મા વિચારે છે કે મન દૈવી ઊર્જાની અસર હેઠળ છે. એટલે મન કે વ્યક્તિ પોતે એવું માને છે કે તે પોતે જ દરેક ક્રિયાનો કર્તા છે, જ્યારે હકીકતમાં તેની પાસે વાસ્તવિક શક્તિ હોતી નથી.

મન સર્વોચ્ચ ઊર્જાશક્તિ ની અવગણના કરે છે અને વિચારે છે કે તે પોતે જ સર્વોચ્ચ ઊર્જાશક્તિ છે. લૌકિક મોહમાયાની ઊર્જા મનને આ રીતે વિચારવા પ્રેરિત કરે છે. મન બીજું કશું નથી, પણ આ સર્વોચ્ચ ઊર્જાનું અન્ય સ્વરૂપ હોવાથી મન ક્યારેય સુષુપ્ત અવસ્થામાં પણ હોતું નથી.

જોકે આ સંપૂર્ણ વાતમાં નવો વળાંક છે.

જ્યારે વ્યક્તિમાં સર્વોચ્ચ ઊર્જા સક્રિય બને છે, ત્યારે આ ઊર્જા વ્યક્તિનાં શરીરની અંદર અલગ એકમ તરીકે માનવામાં આવે છે. આ તબક્કે પ્રથમ વખત મન પ્રથમ વખત નરમ પડે છે. પ્રથમ વખત મનને અહેસાસ થાય છે કે તેનું ભૌતિક કે માનસિક સ્થિતિ પર કોઈ નિયંત્રણ નથી.

અહીં મન પોતાનો અહંકારનો ત્યાગ કરે છે અને શરણાગતિ સ્વીકારે છે!

જ્યારે મન શરણાગતિ સ્વીકારે છે, ત્યારે સાથે સાથે તેનો અહંકાર પણ ઓગળી જાય છે અને તમામ મનોવિકારો દૂર થાય છે. તેનાં મનનાં શાંત સરોવરમાં પહેલી વખત સર્વોચ્ચ ઊર્જાનું પ્રતિબિંબ અનુભવાય છે.

પરિણામો ખરેખર વિસ્મયકારક છે.

પછી સર્વોચ્ચ મૂળ દૈવી શક્તિ એટલે કે બીજું કશું નહીં પણ આત્મા વ્યક્તિ સાથે વાતચીતમાં વિવિધ સ્વરૂપે તેની ખરી પ્રકૃતિ પ્રકટ કરશે. સર્વોચ્ચ શક્તિ અને સાધક વચ્ચે એક પ્રકારનું આદાનપ્રદાન થાય છે. આ રીતે સ્વાનુભૂતિ કે પોતાની જાતને પીછાણવાની, સમજવાની સફર શરૂ થાય છે!

ત્યારબાદ સાધક પોતાની અંદર રહેલી ઊર્જા અને બહારની ઊર્જા એકસમાન છે એવો અનુભવ કરે છે અને જગત સાથે એકાકાર થઈ જાય છે.

આ અનુભવને પરિણામે એ માન્યતા દૂર થાય છે કે સર્વોચ્ચ ઊર્જા કે સર્વોચ્ચ શક્તિ સ્વથી અલગ છે. જોકે સામાન્ય વ્યક્તિથી વિપરીત એ સર્વોચ્ચ શક્તિની પ્રકૃતિની સંપૂર્ણ જાણકારી સાથે આવું કરે છે.

ફરક એ છે કે સામાન્ય વ્યક્તિ આ વાતથી અજાણ હોય છે, એને આ સત્યની અનુભૂતિ હોતી નથી; ત્યારે સાધક પોતાની કે પોતાનાં આત્માની સાચી પ્રકૃતિથી વાકેફ હોય છે. આ ફરક છે. દુન્વયી દ્રષ્ટિએ કોઈ ચમત્કાર થતો નથી! કોઈ પણ તાર્કિક સમજણથી ઉપરોક્ત વિભાવના કે ધારણાને સમજાવી ન શકાય. આપણી અંદર રહેલી મૂળ સર્વોચ્ચ શક્તિ કે કુંડલિની શક્તિની કામ કરવાની વ્યવસ્થા અતિ ગૂઢ છે. તેને પોતાની જાત સાથે, પોતાનાં આત્મામાં જ સીધી અનુભવી શકાશે.

ચાલો હું તમને આ વિશે વધારે વિસ્તૃતપણે સમજાવું.

સ્વાનુભૂતિની પ્રક્રિયા માળખાગત અવધારણા છે. તે યોગસૂત્રો મુજબ ચાર અલગ-અલગ તબક્કાઓમાં પ્રકટ થાય છે. હું મારાં શબ્દકોશ અને બુદ્ધિની મર્યાદામાં રહીને આ ચાર તબક્કાઓને પ્રામાણિકતાપૂર્વક તેમજ શક્ય શ્રેષ્ઠ રીતે

સમજાવવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યો છું.

પ્રથમ, ઊર્જા કે શક્તિનો અનુભવ વ્યક્તિનાં સ્વ સાથે અભિન્નપણે થાય છે (આ સમયે વ્યક્તિ ભ્રમ કે આભાસમાં હોય છે). વ્યક્તિનું મન ઊર્જા આ જ રીતે અસ્તિત્વ ધરાવે છે એવું કહે છે. વ્યક્તિને સ્વ અને ઊર્જા અભિન્ન હોવાનો અનુભવ થાય અજાણપણે થાય છે. હકીકતમાં વ્યક્તિનું મન આ રીતે વિચારે છે!

પરિણામે મનમાં સ્પષ્ટ વિભાવના આકાર લેવા લાગે છે. આ શુદ્ધ આત્મ કે સ્વ નથી, જે આ વિચાર માટે કારણભૂત છે; પણ આ માટે મન જવાબદાર છે, જે ભૂલથી એવું માને છે કે ઊર્જા કે શક્તિ એટલે જ સ્વ કે આત્મા. એટલે મને વિચારે છે કે બંને અભિન્ન છે અને એ જ સર્વોચ્ચ શક્તિ છે.

જ્યારે સર્વોચ્ચ શક્તિ કોઈ ગુરુ દ્વારા સક્રિય થાય છે અને અંદરની બાજુએ કાર્યરત થવાની શરૂ થાય છે, ત્યારે મનને પ્રથમ આંચકો લાગે છે. તે જાગ્રત કરે છે કે આટલો અનુભવ સંપૂર્ણ નથી. આ પ્રથમ તબક્કો છે.

ત્યારબાદ વચગાળાનો બીજો તબક્કો આવે છે, જેમાં વ્યક્તિને અહેસાસ થાય છે કે તેનું સંપૂર્ણ શરીર દૈવી ઊર્જાથી પરિપૂર્ણ છે. નહીં તો મનમાં કોઈ પણ પ્રકારનું મોટું પરિવર્તન ન થાય.

આ તબક્કામાં સર્વોચ્ચ શક્તિ સ્વતંત્રપણે અને સ્વાયત્ત રીતે કામ કરે છે, જેની અનુભૂતિ અલગ એકમ તરીકે જ થાય છે. મન પ્રથમ વખત નમ્રતા અનુભવે છે. તેને પોતાનાં માંહ્યલાની અંદર, ખોળિયાની અંદર જોવાની ફરજ પડે છે, મનોમંથન કરવાની ફરજ પડે છે. તેનાં વિના સ્વનિરીક્ષણ વધુ ન થઈ શકે. હવે મન નિરીક્ષક બની જાય છે, પોતે જ પોતાની ક્રિયાઓનું અવલોકન કરે છે અને પ્રયોગશાળા બની જાય છે. છેવટે મનની અંદર તમામ સમસ્યાઓનું સમાધાન થઈ જાય છે અને મને શરણાગતિ સ્વીકારે છે. વ્યક્તિ નિર્વિચારાવસ્થામાં પ્રવેશ કરે છે.

જ્યારે મન (જે અત્યાર સુધી સર્વોચ્ચ શક્તિ હોવાનું માનતું હતું) શરણાગતિ સ્વીકારે છે, ત્યારે શાંત મનનાં સ્થિર સરોવરમાં આત્મા પ્રતિબિંબિત થાય છે. વ્યક્તિનો આત્મ એ અનુભૂતિની શરૂઆત કરે છે કે શક્તિ અને સ્વ એક જ અને એકાકાર છે.

કુંડલિની શક્તિની સાચી પ્રકૃતિનો સાક્ષાત્કાર થવાથી સંપૂર્ણ જ્ઞાન સાથે અદ્વૈતભાવ અનુભવાય છે. હવે વ્યક્તિ શક્તિની પ્રકૃતિથી પરિચિત હોવાથી એ પરાશક્તિનો અનુભવ કરે છે તથા તમામ શારીરિક અને માનસિક ધારણાઓ પર નિયંત્રણ મેળવવાની કવાયત હાથ ધરી શકે છે!

યોગસૂત્રો મુજબ, સ્વાનુભૂતિ કે પ્રબુદ્ધ અવસ્થા પરમાત્માની મરજીને આધિન છે. જ્યારે આ સ્વાનુભૂતિ થાય છે, ત્યારે પણ યોગનાં નિયમો આપમેળે તૂટી જાય છે. અથવા અન્ય રીતે કહીએ તો બ્રહ્માંડમાં કોઈ કાયદા કે નિયમોને વશ થવાની જરૂર રહેતી નથી. આ તબક્કે યોગનો ઉદ્દેશ પરિપૂર્ણ થઈ જાય છે.

વ્યક્તિગત સ્તરે આત્મા માનવીય શરીર પૂરતો મર્યાદિત રહેતો નથી, કારણ કે તેનું સકળ વિશ્વનાં આત્મા સાથે મિલન થઈ જાય છે.

પછી અંતિમ તબક્કો આવે છે. હું આ તબક્કા વિશે પર્યાપ્ત જાણકારી આપવા સક્ષમ નથી.

અહીં આપણે સર્વોચ્ચ શક્તિમાન પરમાત્માની ચર્ચા કરીએ છીએ.

એકસાથે સાક્ષીભાવ અને માનવીય સ્વરૂપે એક યા બીજા ભ્રમની જંજાળમાં જકડાયેલું રહેવું યોગની દ્રષ્ટિએ ટેકનિકલ રીતે શક્ય નથી. તેનો અર્થ એ છે કે વિજ્ઞાનનાં કાયદાથી પર થયેલી વ્યક્તિ અને યોગને વાસ્તવિક લૌકિક દુનિયામાં પરત ફરવું પડશે અને છતાં પણ દુન્યવી નિયાની લાગણી-સંવેદના-ભાવના-આવેશથી જળકમળવત્ રહેવું પડશે.

જોકે માનવજાતનાં ઈતિહાસમાં આ ક્ષમતા અતિ થોડાં મહાપુરુષોએ વ્યક્ત કરી છે. લોકપ્રિય રીતે તેમને ઈશ્વરનું દૈવી સ્વરૂપ ગણવામાં આવે છે અને આપણે તેમને રામ, કૃષ્ણ, ઈશુ, અલ્લાહ, બુદ્ધ કહીએ છીએ. વિવિધ ધર્મો-સંપ્રદાયોમાં આવા મહાનુભાવો જોવા મળે છે. એટલે હું આ અંતિમ તબક્કા વિશે કશું કહી શકવા સમર્થ નથી.

ક્રિયાના રૂપમાં જીવન

જ્યારે મેં અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એક પ્રકરણમાં ક્રિયાનો અર્થ સમજાવ્યો હતો ત્યારે મેં કહ્યું હતું કે તે મૂળભૂત રીતે મગજ ,શરીર અને રોજીંદા બાહ્ય જીવનમાં જે પ્રતિક્રિયા ઉદભવે છે તે છે.અહીયા એ સમજવું જરૂરી છે કે મગજ અને બહારનું રોજીંદુ જીવન પરસ્પર એકબીજા સાથે જોડાયેલા છે.

બાહ્ય જગત(વ્યક્તિએ જોયા મુજબનું) એ મૂળભૂત રીતે તે વ્યક્તિના મગજનું દર્શન કે મૂર્ત કલ્પના છે !

બહારનું જગત બાકીના અન્ય માનવીઓ માટે પણ તેમના સંબંધિત મગજોની કલ્પના કે દર્શન મુજબનું હોય છે.

બાહ્ય જગત બે કક્ષાએ અસ્તિત્વ ધરાવે છે.પ્રથમ વ્યક્તિગત કક્ષાએ અને બીજું સામુહિક કક્ષાએ.

જ્યારે એક વ્યક્તિ નિંદ્રાની અવસ્થામાં સરકે છે ત્યારે બાહ્ય જગતનું અસ્તિત્વ સમાપ્ત થાય છે.જ્યારે વ્યક્તિ સ્વપ્ન અવસ્થામાં સરકે છે ત્યારે એક નવા જગતની રચના થાય છે.જ્યારે વ્યક્તિ જાગવાની અવસ્થા તરફ પાછો સરકે છે ત્યારે વ્યક્તિ માટે બાહ્ય જગતની ફરીથી રચના થાય છે.આ બાબત આટલી જ સરળ છે.ભૌતિક વાસ્તવિકતાની પ્રકૃતિને સ્વાભાવિક રીતે ભ્રામક હોવા સિવાયનો કોઈ જ અન્ય આધાર નથી.તેને રણમાં રહેલા મૃગ જળ સાથે સરખાવી શકાય છે.

જો કે તેમ છતાં ,ઊંઘની અવસ્થા પહેલાની અને પછીની વ્યક્તિની જ્ઞાનની કક્ષામાં કોઈ જ ફેરફાર થતો નથી.આવી ઉતમ સ્થિતિમાં વ્યક્તિ સંપૂર્ણ રીતે ઉર્જાવાન હોવાનું અને મન તાજગીવાળું હોવાનું અનુભવે છે.

વ્યક્તિનું બાહ્ય જગત (મેં અગાઉ કહ્યું તે મુજબ) એ વ્યક્તિના મગજમાં જે કંઈક છે તેનું પ્રતિબિંબ છે .જો કે વ્યક્તિ વ્યક્તિ તેના રોજીંદા જીવનમાં ઘણી અન્ય વ્યક્તિઓ અને ઘટનાઓ સાથે આંતરિક રીતે જોડાયેલો હોય તો પણ વ્યક્તિ અનોખો કે અનન્ય રહે છે.

વ્યક્તિ જે રીતે બાહ્ય જગતનો અનુભવ કરે છે તે બાબત અન્ય લોકો જે રીતે અનુભવ કરે છે તેનાથી જુદી હોય છે.અનુભવ સંપૂર્ણ રીતે મગજમાં રહેલા વિષયો ઉપર આધારિત હોય છે અથવા ચારિત્ર ઉપર આધારિત હોય છે કે જે બાબત મેં મારા અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એક પ્રકરણમાં જણાવેલ છે. સ્થિતિઓના સમૂહ નીચે સારો કે ખરાબ અનુભવ તેમના મગજમાં રહેલા વિષયોના આધારે જુદા જુદા લોકો માટે જુદી જુદી રીતે પ્રગટ થાય છે.

જ્યાં સુધી ઇન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ (સમયના લાંબા અવકાશમાં

અથવા અનેક જન્મો દરમિયાન મગજમાં સંચિત થયેલી)ને ભૂંસવામાં આવે નહી ત્યાં સુધી બાહ્ય દુનિયા ઉપરનું તેમનું પ્રગટીકરણ અટકશે નહી.એક વાર બધી જ અભિવ્યક્તિઓને મગજ ઉપરથી ભૂંસી નાખ્યા બાદ,વ્યક્તિમાં સંઘરાયેલ આત્મા માટે માનવ સ્વરૂપમાં તેના અસ્તિત્વને ચાલુ રાખવા માટેનું કોઈ જ કારણ નથી રહેતું.માનવ સ્વરૂપમાં અસ્તિત્વ માટેનું પાયાનું કારણ કરવામાં આવેલ ભૂતકાળના કાર્યો માટેની ફરજીયાત પ્રતિક્રિયાઓમાંથી પસાર થવાની જરૂરીયાતના કારણે હોય છે.

જેમ જેમ સંચિત થયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓને સંપૂર્ણ સર્વોચ્ચ બ્રહ્માંડીય શક્તિ દ્વારા કાયમી રીતે ભૂંસી નાખવામાં આવે છે કે જે શક્તિએ પ્રથમ સ્થાને તેમને બનાવી હતી તેમ તેમ ધીમે ધીમે મગજ ઊંચા પ્લેટફોર્મ્સ તરફ ઊંચકાતું જાય છે.જો કે આ બાબત માત્ર એ વિષયને સમજાવવા માટે જ છે કે મેં “મગજનું ઉત્થાન” એવા શબ્દપ્રયોગનો ઉપયોગ કર્યો છે.અન્યથા મગજને ઉન્નત કરવા જેવી કોઈ જરૂરીયાત નથી.મૂળ વાત કે જે જરૂરી છે તે એ છે કે સંચિત થયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓને દૂર કરવી જેથી કરીને મગજ સંપૂર્ણ સ્વસ્થ અવસ્થામાં સ્થિર થાય છે.આ સ્વસ્થ અવસ્થામાં,વ્યક્તિની સમગ્ર જાતમાં સંપૂર્ણ સભાનતાનું પ્રતિબિંબ પડે છે.

તેથી,જ્યારે વ્યક્તિએ દિવ્યપ્રકાશ કે મોક્ષ પ્રાપ્ત કર્યો હોય અને સ્વ-સાક્ષાત્કાર બનેલ હોય ત્યારે શું બને છે ?

આ બાબત ઉપર સમિક્ષા કરવા માટે હું પુરતો સક્ષમ પણ નથી.જો કે હું જે કહેવા માંગુ છું તે એ છે કે બાહ્ય જગત કે જે બધા મનુષ્યો માટે અસ્તિત્વ ધરાવે છે તે હકીકતમાં માત્ર તેમના પોતાના મગજનું જ પ્રગટીકરણ છે.

બાહ્ય જગત (કે જે વ્યક્તિ માટે તે સમય સુધી અસ્તિત્વ ધરાવતું હતું)તે માત્ર તે વ્યક્તિ માટે જ અસ્તિત્વ ધરાવતું અટકે છે.એવા સમય સુધી કે જ્યાં સુધી વ્યક્તિમાં સ્વ-સાક્ષાત્કાર ઉદભવેલ નથી, બંને વિશ્વો ,વ્યક્તિગત રીતે અને સહિયારી રીતે એકબીજા સાથે જોડાયેલ છે.

મેં અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એકમાં કહ્યું હતું તેમ ,જ્યારે ગુરુ કરોડના પાયામાં સ્થિર થયેલ આદિ કાળની શક્તિની સાથે છેડછાડ કરે છે ત્યારે તે અવળી રીતે ઊછળે છે અને તે રીતે મગજમાં સંચિત થયેલા ચરિત્રનો નાશ કરે છે.

તેથી, સૌ પ્રથમ તે બધી જ ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓને ભૂંસવાનું શરૂ કરે છે કે જે અભિવ્યક્તિઓ જુદા જુદા વર્ગોના સમૂહ સાથે સંબંધ ધરાવે છે.પ્રતિક્રિયાઓ શરીરમાં,મગજમાં અને બાહ્ય રોજીંદી જિંદગીમાં અનુભવવામાં આવે છે. જો કે મહાવરો કરનારની બાહ્ય રોજીંદી જિંદગીના સંબંધમાં ,સામાન્ય વાંચકના મગજમાં એક શંકા ઉદભવી શકે છે.વ્યક્તિ કે જેને યોગ વ્યવસ્થામાં દીક્ષા આપવામાં આવેલી છે તેનું બાહ્ય જગત પણ સામૂહિક વિશ્વ સાથે આંતરિક રીતે

જોડાયેલું હોવાથી ,વ્યક્તિ રોજીંદી જિંદગીમાં કોઈપણ અન્ય સામાન્ય ઘટનાથી ક્રિયાને કેવી રીતે અલગ પાડી શકે ?

અહિયાં વાંચકોને એક બાબત સમજવા માટે વિનંતી કરવામાં આવે છે.એવી વ્યક્તિ કે જેને યોગ વ્યવસ્થામાં દીક્ષા આપવામાં આવેલી છે તે તેની પરત સફર તરફ મૂળ સ્ત્રોત ની દિશામાં પાછો એટલે કે સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા તરફ જતો હોય છે.

અહંકારના રંગથી રંગાયેલી મગજમાં રહેલી નોંધાયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કર્મનું સર્જન કરે છે.તે કર્મ જ છે કે જે આદેશ આપે છે કે વ્યક્તિનું ભાવિ કેવી રીતે બનવાનું છે.આ ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓને ભૂંસવાની જરૂર પડે છે અને વ્યક્તિએ તેના ખૂલી રહેલા ભાવિ સમક્ષ એક મૂંગા પ્રેક્ષક બનવું જરૂરી છે.અન્યથા, ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કે જે વ્યક્તિના ભાવિનો અનુભવ કરવા સમયે ઉદભવે છે તે, ફરી પાછી મગજમાં નોંધાઈ જાય છે.સર્વજ્ઞાત સર્વોચ્ચ આદિકાળની શક્તિ એ સુનિશ્ચિત કરે છે કે મહાવરો કરનારને જે બની રહ્યું છે તે ક્રિયા છે તે સમજવા માટે જરૂરી સભાનતા આપવામાં આવે ,જેથી કરીને અભિવ્યક્તિઓ ફરી એક વાર નોંધવામાં ના આવે.

જો કે , કોઈક વખતે સાધક આવી અધતન સ્થિતિમાં હોતો નથી અને ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ, કે જે અહંકારના રંગથી રંગાયેલી ઉદભવે છે તે ફરી પાછી મગજમાં નોંધાઈ જાય છે .જો કે આ વખતે ફરી એક વાર તેમને દૂર કરવાનું કામ સાપેક્ષ રીતે વધુ સરળ હોય છે !

એવી વ્યક્તિના કિસ્સામાં, કે જેને યોગ વ્યવસ્થાની દીક્ષા આપવામાં આવેલી નથી, સર્વોચ્ચ આદિકાળની શક્તિ સર્જનના તેની અસલ પદ્ધતિમાં કામ કરે છે.તે પદ્ધતિ ઉત્ક્રાંતિવિષયક પદ્ધતિ છે.

ભ્રાંતિનું જગત સતત પણે તે વ્યક્તિના માનસ ઉપર પ્રગટ કરવામાં આવે છે. પરિણામે, દરેક ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિને એક સંભવિત બીજના સ્વરૂપે મગજમાં નોંધવામાં આવે છે જે આ રીતે ,તે વ્યક્તિ માટે ભાવિનું સર્જન કરે છે.એવી વ્યક્તિના કિસ્સામાં કે જેમાં સર્વોચ્ચ આદિકાળની શક્તિ વિનાશની તેની અવળી રીતમાં હોય છે ત્યાં, વ્યક્તિ તેના ખુલી રહેલા ભાવિ અથવા અગાઉ નોંધાયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓથી મુક્ત બને છે.તે એક અને સમાન બાબત છે. અહંકારના રંગથી રંગાયેલી અગાઉથી નોંધાયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ એ એવી બાબત્ત છે કે જે કોઈપણ વ્યક્તિ માટે ભાવિ તરીકે ખુલે છે.

અહી,વાંચકો એવું કહીને એ હકીકત તરફ નિર્દેશ કરી શકે છે કે ભાવિને ભૂંસી નાખવામાં આવેલ છે તેની તાર્કિક સાબિતી ક્યા છે ? આ બાબત સમજવી જરૂરી છે.સ્વની અંદર વ્યક્તિ દ્વારા તેનો અનુભવ કરવામાં આવે છે.અનુભવનો પ્રકાર પોતે જ કાંઈક અંશે આનંદ અને જુસ્સાથી ભરેલો છે.તે એક ગંભીર અનુભવ

નથી.હું જે કહેવા માંગુ છું તે એ છે કે અનુભવની સાથે વ્યક્તિના કોઈ જ ભાવનાત્મક જોડાણ હોતા નથી, પરંતુ તો પણ સ્પષ્ટ રીતે તે અનુભવને અનુભવે છે.મગજની આ સ્થિતી બહારથી જોનાર દ્વારા જાણી શકાતી નથી,જો કે અમુક સૂચનો શારીરિક ભાષા વગેરેના સ્વરૂપે દ્રશ્યમાન બની શકે છે.ઉપરાંતમાં, અમુક ઘટનાઓ જેવી કે નજીવા અકસ્માતો વગેરે પણ અમુક સગડ આપી શકે છે કે મોટા અકસ્માતના સ્વરૂપમાં પૂર્ણ રીતે ઘાત કરાયેલ પ્રતિક્રિયા કરતા વધુ પ્રમાણમાં વ્યક્તિ ક્રિયામાંથી પસાર થયેલ છે.ઉદાહરણ તરીકે,મોટો અકસ્માત થવા માટે બધી જ જરૂરી સ્થિતિઓ હાજર હોવી જરૂરી છે .મોટા અકસ્માત માટે આદર્શ વાતાવરણ આજુ બાજુ હોવા છતાં,વ્યક્તિ ચમત્કારિક રીતે હળવા અનુભવમાંથી પસાર થયો હોવો જરૂરી છે. આ ક્રિયાનું એક ઉદાહરણ છે. તેથી,એવી વ્યક્તિ કે સાધક માટે, કે જે મૂળ સ્ત્રોત,એટલે સર્વ શક્તિમાન ઈશ્વર તરફ પાછા જવાની તેની પરત સફર ઉપર હોય,પ્રત્યેક તબક્કે જીવન એક ક્રિયા બને છે.પ્રતિક્રીયાઓની અસંખ્ય શ્રેણીઓ ઉદભવશે કે જેને સર્વોચ્ચ આદિ કાળની શક્તિ સુનિશ્ચિત કરશે કે જેથી મહાવરો કરનારનું મગજ અસલ આદિકાળની શક્તિ દ્વારા ગોઠવાયેલ બધી જ સ્થિતિઓ થી મુક્ત બને છે.

મારા ગુરુએ મને સમજાવ્યું તે મુજબ તે બાબત રીટર્ન ટીકીટ વિનાની નોન-સ્ટોપ ગાડીમાં બેસવા જેવી છે. મહાવરો કરનાર માટે કરવાનું કશું જ બચતું નથી. સાધક હવે પરત નહીં ફરવાના પ્રવાહ ઉપર છે. જે ક્ષણે કુંડલિની શક્તિ જાગી જાય છે, તે ક્ષણે સાધક આ પરત મુસાફરી ઉપર અથવા જન્મ અને મરણના નિયમિત ચક્રના સ્થાનથી આગળ મૂકાઈ જાય છે ,જેથી તેને મુક્ત કરવામાં આવશે !

મેં થોડા પ્રસંગોએ મારા ગુરુને પૂછ્યું હતું કે શું તે વ્યક્તિ માટેના બધા જ વિકલ્પો પૂરા થઇ ગયા છે ,અથવા શું તે વ્યક્તિ માટે હજુ પણ નિયમિત જીવનચક્રમાં પાછા ફરવાનું શક્ય છે.મારા ગુરુએ સંપૂર્ણ રીતે જવાબ આપ્યો હતો કે જો વ્યક્તિ સર્વોચ્ચ તાકાત સમક્ષ શરણાગતિ ના કરે અને એક મૂંગો દર્શક બની રહે તો ઉત્તમ સંજોગોમાં ,પરત મુસાફરીની ગતિ ધીમી પડી શકે છે.તેમને વધુમાં ઉમેર્યું હતું કે વ્યક્તિ તેની દુન્વયી મુક્ત ઈચ્છાનો ઉપયોગ કરીને ગાડીમાં તેની બેઠક બદલાવી શકે છે.દુન્વયી મુક્ત ઈચ્છાનો ઉપયોગ કરવાની થોડી ઘણી સ્વતંત્રતા સિવાય ,મહાવરો કરનારને અસરકારક રીતે પરત નહી ફરવાના સ્થાનથી આગળ મૂકવામાં આવે છે.

જો કે, બધા જ વાંચકોને એ વાતની ખાતરી આપવાનું મને ગમશે કે આ બધું એકદમ સંવાદીતાભર્યા વાતાવરણમાં બને છે.

સૌ પ્રથમ કોઈપણ વ્યક્તિ રાતો રાત પ્રબુદ્ધ થઇ જવાનો નથી.સ્વ-સાક્ષાત્કાર પળમાં કે થોડા વર્ષોમાં પણ થઇ જવાનો નથી.તેથી,બધી જ ગંદકી,કે જે ગંદકી વ્યક્તિએ આટલી માયા સાથે માનવ સંબંધોના ભાવનાત્મક જોડાણના

સ્વરૂપમાં લાંબા સમયથી સંચિત કરેલી છે,તેને રાતોરાત ગુમાવવાનો કોઈ જ ભય નથી.

બીજું,બીજી એક ઘટના છે.

એક ગરીબ માણસ એ દ્રશ્યપટ્ટની કલ્પના કરી શકતો નથી કે જેમાં તેણે લાખો રૂપિયા પાછા ચૂકવવાના છે.જો કે,પરિસ્થિતિને કદાચ તે વ્યક્તિ માટે એ રીતે ગોઠવી શકાય કે જ્યારે તે વાસ્તવિક રીતે તે રકમ પરત ચૂકવી શકાય તેવા સ્થાન ઉપર હોય છે.

આ જ રીતે એક સામાન્ય માણસ એવી પરિસ્થિતિનો વિચાર કરી શકતો નથી કે જેમાં ઘણી બધી વ્યક્તિઓ તેને કે તેણીને મારવાનો પ્રયત્ન કરી રહી હોય છે.જો કે,જ્યારે આ પરિસ્થિતિ બને છે ,ત્યારે તેના જીવ સામેના જોખમનો સામનો કરવા માટે સામાન્ય માણસ પણ જરૂરી તાકાત અને રૂપિયા અને માનવબળના સ્વરૂપે જરૂરી સાધનો ધરાવતો હશે.

તેથી, બેમાંથી એક પણ રીતે ડરવાની જરૂર નથી.જ્યારે ભાવનાત્મક લગાવને ફેંકી દેવાનો સમય આવે છે ત્યારે આ અનુભવમાંથી પસાર થવાની જરૂરી મગજની સ્થિતી પણ વ્યક્તિ પાસે હશે.

સર્વોચ્ચ આદિ કાળની શક્તિ,કે જે સજાગ હોય છે અને બધું જાણતી હોય છે તે એ વાતને સુનિશ્ચિત કરશે કે મહાવરો કરનાર માટે જરૂરી સુરક્ષિત શેરીઓ તેના સ્થાને હોય.શુદ્ધ ભાષામાં,સર્વોચ્ચ દૈવત્વ જાણે છે કે દરેક બાબતને કેવી રીતે સરભર કરવી.

સાધકનું જીવન ચોક્કસપણે અગ્નિપથ ઉપરથી પસાર થાય છે! ખાસ કરીને જ્યારે ‘જ્ઞાનના આવરણ’માં ક્રિયા ઉદભવે છે ત્યારે વ્યક્તિનો અહંકારવાદ ભૂંસાઈ જાય છે.પરિણામે, આ અનુભવ મહાવરો કરનાર માટે સૌથી વધુ અપ્રિય હોય છે.ઘણી વાર આ પ્રકારની ક્રિયા વ્યક્તિના રોજીંદા જીવનમાં બને છે.સમગ્રત્યા હું મારા સાથી મહાવરો કરનારને સલાહ આપીશ કે થોભો અને રાહ જુઓ.માત્ર વળગ્યા રહો.માત્ર થોડા વધુ કલાકો,દિવસો અથવા મહિનાઓ.શરીરમાંથી કાંટાઓને કાયમી રીતે દૂર કરવામાં આવશે.કોઈ જ વધુ પીડા કે વેદના નહી !

મનનું રૂપાંતરણ

મેં વિવિધ ક્રિયાઓ વિશે લખ્યું છે ,કે જે ક્રિયાઓ ગુરુ દ્વારા કુંડલિની શક્તિને જાગૃત કરાયા બાદ વ્યક્તિના શરીર, મન અને રોજીંદા બાહ્ય જીવનમાં બને છે.

જો કે સાધક ને જ્યાં સુધી સંબંધ છે ત્યાં સુધી જે મહત્વનું છે તે વિવિધ પ્રકારની પ્રતિક્રિયાઓ કે જે પ્રગટ થાય છે તે નથી. તેના કરતા મગજનું રૂપાંતરણ અને તેને પરિણામે ઉત્પન્ન થતી ચોખ્ખી પરિણામ સ્વરૂપ સ્થિતી એ વધારે મહત્વની છે.

સર્વજ્ઞાત સર્વોચ્ચ આદિકાલીન શક્તિ દ્વારા શરીરમાં પ્રતિક્રિયાઓ પ્રગટ થતી હોવાથી, મનને પણ સાથોસાથ બધી જ ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કે જે સદા નોંધાયેલી રહેતી હતી તેને દૂર કરી સાફ કરવામાં આવે છે. પરિણામે મગજ ક્રમિક રીતે વધુ ઊંચા પ્લેટફોર્મ્સ ઉપર ઊંચે જાય છે ,અને આ રીતે સંપૂર્ણ રીતે બુદ્ધિને વ્યાપક બનાવે છે..

મારૂ મન કેવી રીતે બદલાયું હતું એ અંગેના મારા પોતાના અનુભવનું હું વર્ણન કરીશ ,અથવા તે બાબતને વધુ સારી રીતે મૂકવા હું મારી અંગત જિંદગી ઉપરની અસરોનું વર્ણન કરીશ કે જે પરિણામ સ્વરૂપ બની હતી કે જ્યારે મારું મગજ ધીમે ધીમે રૂપાંતરણ પામ્યું હતું.

@snehhusamanu

મારા શરીરમાં કુંડલિની શક્તિની જાગૃતિનો પ્રથમ હકારાત્મક દૈવયોગ મારી ધાર્મિક ,દાર્શનિક અને નીતિ વિષયક માન્યતાઓ હતી.

વાંચકોને કદાચ એ વાતનું સ્મરણ હશે કે જેમાં મેં મારા અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એકમાં બાળકની પૈડા ગાડી અંગે ઉલ્લેખ કર્યો હતો. હું વિનમ્રતા પૂર્વક વાંચકોને કોઈપણ ધર્મ કે માન્યતાના એક મહત્વના પાસાને યાદ કરવા વિનંતી કરૂ છું.

કોઈ પણ ધર્મ અથવા પંથ બાળકની પૈડા ગાડીની માફક માત્ર તમને વિકસવામાં મદદ કરવા માટેનું માત્ર એક સાધન જ છે.

એક વાર હેતુ સિદ્ધ થઇ ગયા બાદ ,આ સાધનોની જરૂર રહેતી નથી. ઉપરાંત, તે આગળની પ્રગતિ માટે અવરોધ બને છે.

આવું કહીને ,હું માન્યતાઓ પ્રત્યે કોઈપણ પ્રકારનો દંભ કે અનાદર બતાવવા માંગતો નથી, કે જે અગાઉ ટક્યો હતો.હકીકતમાં તો તેઓ આપણા વિકાસ માટેના સાચા કારણો છે. કોઈપણ વ્યક્તિ પ્રાથમિક શાળાને ભૂલી શકે નહી કે જેમાં તે મૂળાક્ષરો શીખ્યો હતો.જો કે વ્યક્તિ કોઈપણ જ્ઞાનની શાખામાં મોટો

વિદ્વાન બની જાય તોપણ પરિણામ દેખીતી રીતે તે બિંદુ સુધી પહોચ્યા ન હતા ત્યાં સુધી જે કાંઈ શીખ્યું હતું તેવી દરેક બાબતને કારણે છે.આ પ્રકારનો તર્ક સામાન્ય દુન્વયી શિક્ષણ ને લાગુ પડે છે.

જો કે ,આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાનના કિસ્સામાં,આ તર્ક થોડા સુધારા સાથે અમુક અંશે જુદો છે. વિધાર્થી અથવા સાધક એક ચોક્કસ ધાર્મિક માન્યતા કે વિચારધારાને પકડે છે જેથી કરીને વ્યક્તિ વિકસી શકે છે. જો કે ,એવો તબક્કો આવે છે કે જ્યારે વ્યક્તિને જે કાંઈ શીખ્યું હોય તે બધું જ છોડવાની જરૂર પડે છે.

આ મુદા ઉપર પ્રકાશ પાડવા આપણે એક બીજું ઉદાહરણ લઈએ. એક વ્યક્તિ સર્વશક્તિમાન પરમેશ્વરને એક ચોક્કસ સ્વરૂપમાં પૂજી રહ્યો હોઈ શકે છે.એક તબક્કો હવે એવો આવે છે કે જ્યારે સર્વશક્તિમાન પરમેશ્વરનું સ્વરૂપ મગજમાંથી પડતું મૂકવાની જરૂર પડે છે કારણ કે સાક્ષાત્કાર થાય છે કે ભગવાને કોઈ જ સ્વરૂપ નથી.પછીથી શું બને છે તે હું કહી શક્તો નથી ,યોગ વ્યવહારની આવી અધતન સ્થિતિમાં હું નથી.

હું વાંચકો સમક્ષ મગજની મધ્યવર્તી સ્થિતી કે જે વ્યક્તિમાં કુંડલિની શક્તિ જાગી ગયા બાદ ઉદભવે છે તે મુદો વિનમ્રતાપૂર્વક પહોંચાડવા માટેનો માત્ર પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું.

દરેક વ્યક્તિએ અંતે તો કોઈપણ બહારની મદદ વિના તેઓની પોતાની જાતે તેમની અંદર રહેલ દૈવત્વ ને પ્રગટ કરવું પડે છે. ગુરુ એ એક માધ્યમ છે કે જેના દ્વારા આ બને છે,તે પણ એકલા તે કે તેણીના આશીર્વાદ સાથે. સમગ્ર બાબતનો આ મર્મ છે.

બીજો હકારાત્મક દૈવયોગ કે જે મારી અંગત જિંદગીમાં બન્યો હતો તે સામાજિક વ્યવહારોમાં રસ ગુમાવવાનો હતો. સામાજિક જીવને પોતે જ મને સંપૂર્ણ રહેવા દીધો નહોતો ,કારણ કે મારા અગાઉના કર્મ હજુ પણ પૂર્ણ રીતે ભૂંસાયા નથી .જો કે મેં તેમાં રસ ગુમાવ્યો છે.જ્યારે ઇન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કે કર્મોનો એક મોટો હિસ્સો મગજમાંથી આદિ શક્તિ દ્વારા ભૂંસવામાં આવે છે ત્યારે ,તેની અસર સ્પષ્ટ રીતે મગજની અંદર અનુભવાય છે.જો કે વાંચકોને મેં મારા અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એક પ્રકરણમાં જે કહ્યું છે તેને યાદ કરવા માટે વિનંતી કરવામાં આવે છે – કે ક્રિયાઓનું પ્રગટીકરણને અલગ અલગ છૂટા પડેલા વર્ગોમાં મૂકાતું નથી.આનો અર્થ એ થાય કે એક નવી ક્રિયા પ્રગટ થવાની શરૂ થાય તે પહેલા ઇન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓના એક ચોક્કસ વર્ગથી મનની સફાઈ પૂર્ણ રીતે પૂરી ના થઈ હોય તેવું બની શકે છે.

આવી જ રીતે ,મેં સંગીત ,ફિલ્મો ,ટેલીવિઝન ,ઈન્ટરનેટ ,પુસ્તકો, મેગેઝીનો,વર્તમાન પત્રો વગેરે માટેની મારી ભૂખ મેં ગુમાવી હતી .ક્યારેક ક્યારેક જ થોડા સમય માટે હું તેમના તરફ જોઉં છું. અને બસ આટલું જ.

આવી જ રીતે ,વિલક્ષણ સ્થાનો ઉપર મારી કારમાં સફર કરવાનો મને ખૂબ શોખ હતો .મેં આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ પ્રત્યેનો મારો રસ સંપૂર્ણ રીતે ગુમાવ્યો હતો.

વ્યક્તિના મગજમાંથી સર્વજ્ઞાત બ્રહ્માંડીય શક્તિ દ્વારા ઈચ્છાને કેવી રીતે કાયમીપણે દૂર કરવામાં આવે છે તેના ઉપર પ્રકાશ પાડવા હું થોડી અન્ય ઘટનાઓ નું વર્ણન કરવા માગું છું.

જ્યારે હું પંજાબ રાજ્યમાં જાલંધર શહેરમાં રહેતો હતો ત્યારે, એક દિવસ મને એકાએક જમવાનું બનાવવાની તીવ્ર ઈચ્છા થઇ હતી,એવું કાંઇક કે જે મારી અગાઉની જિંદગીમાં ક્યારેય કર્યું ન હતું. હું ગયો અને બધી જ જરૂરી વસ્તુઓ ખરીદી લાવ્યો કે જે રાંધવા માટે મારે જરૂર હતી. અને હું તે સમયે નવી નવી અને ભાત ભાતની વાનગીઓ રાંધવાનો શોખ ધરાવતો હતો. મેં ઘણા બધા રૂપિયા અને સમય બધી જ જરૂરી એવી રસોડાની વખરીઓ અને સામગ્રીઓની ખરીદી કરવામાં વાપરવાનું શરૂ કર્યું હતું.

પછીના થોડા અઠવાડિયાઓ ઉપર જે કાંઈ બન્યું તે આશ્ચર્યજનક હતું. હું રોજીંદા ધોરણે જાણે મારા શરીરની અંદર કોઈ અજ્ઞાત રાક્ષસે કબજો લીધો હોય તેમ લાંબા કલાકો સુધી શાકભાજીઓ કાપવામાં, ટુકડા કરવામાં અને તેમની છાલ ઉતારવામાં વ્યસ્ત રહેતો હતો.

એકાએક મને મારી પથારીમાંથી ઊંઠવાની અને શાકભાજીઓ સુધારવાનું શરૂ કરવાની ટેવ પડી હતી. મને વિભિન્ન પ્રકારની વાનગીઓ બનાવવા માટે રાતના મોડે સુધી પ્રયાસ કરવામાં કલાકો વિતાવવાની ટેવ પડી હતી.

આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કેટલાક અઠવાડિયાઓ સુધી ચાલુ રહી હતી. અને ત્યાર પછી એકાએક એક દિવસે મેં કોઈપણ પ્રકારની રસોઈ બનાવવાની ઈચ્છા સંપૂર્ણપણે બિલકુલ ગુમાવી દીધી હતી. મારી રસોડાની બધી જ સામગ્રીઓ પેક કરવામાં આવી હતી અને લાકડાની કેબીનેટ પાછળ મૂકી દેવામાં આવી હતી.

જો કે ,થોડા સમય માટે ,હજુપણ મને રાંધવાની ઈચ્છા થતી અને હું ઘણા બધા શાકભાજીઓ ખરીદતો અને તેને રેફ્રીજરેટરમાં સંઘરતો હતો.

પણ તે માત્ર આટલા પૂરતું જ હતું.મેં ક્યારેય તેની રસોઈ બનાવી ન હતી.થોડા દિવસો પછી,હું શાકભાજીઓને ફેંકી દેતો હતો.ફરી કેટલાક દિવસો બાદ,રસોઈ બનાવવાની ઈચ્છા ફરી એક વાર સપાટી ઉપર આવતી હતી.ફરી થોડા દિવસો તેમને સાચવી રાખીને તેમને ફેંકી દેવા હું ટેવાઈ ગયો હતો.

આમ થવું તે સંબંધિત વ્યક્તિ દ્વારા ક્યારેય થયેલી રાંધવાની પ્રવૃત્તિ સાથે સંબંધ ધરાવતી બધી જ ઈન્દ્રિયજન્ય અને વિષયાસક્ત અભિવ્યક્તિઓની મનમાંથી સફાઈની પ્રક્રિયા છે .પ્રવ્રુતિઓના વિશાળ વૈવિધ્ય સાથે સંબંધ ધરાવતી આ પ્રકારની ઘટનાઓ અસંખ્ય પ્રસંગોએ બની છે.

દરેક વ્યક્તિ પાસે વૈવિધ્યપૂર્ણ તરંગો અને ઈચ્છાઓ તેના મનમાં

હોય છે. સર્વજ્ઞાત સર્વોચ્ચ આદિકાળની શક્તિ એ વાતને સુનિશ્ચિત કરશે કે વિવિધ પ્રકારની ક્રિયાઓ કે પ્રતિક્રિયાઓ પ્રગટ કરાવીને મનમાંથી આ બધાને દૂર કરવામાં આવે .રોજીંદા જીવનમાં હળવા સ્વરૂપમાં વિવિધ ઘટનાઓ બને છે જેથી કરીને જુદી જુદી ઈચ્છાઓ મગજમાંથી દૂર કરાય છે. બધા જ તરંગો અને ઈચ્છાઓ હળવા સ્વરૂપમાં ભરવામાં આવે છે જેથી જીવનમાં તે ચોક્કસ આકર્ષણની દિશામાં કોઈ જ વધારાની ઈચ્છા બાકી ના બચે.આવી જ રીતે, બધા જ ભયો અને ચિંતાઓને પણ દૂર કરવામાં આવે છે.જેથી કરીને આ પછીથી મગજમાં કે રોજીંદા જીવનમાં કોઈપણ બાબત અંગેનો વ્યક્તિ ભય ના અનુભવે.

જ્યારે સમયના લાંબા કાળમાં મગજની સફાઈની ઉપર દર્શાવેલી પ્રક્રિયા હાથ ધરાય છે ત્યારે ,મગજ જાણે કે અંદરની તરફ ખેંચાતું હોય તેવો કે અંદરની તરફ અનંતના સ્થાન તરફ ફંટાઈ રહ્યું હોય તેવો અનુભવ કરવાનું શરૂ કરે છે. આની અસર દિવસ અને રાત અવિરતપણે મગજના ભાગની અંદર સ્પષ્ટ રીતે અનુભવાય છે. ગહન ઊંઘ એ આ રૂપાંતરણનું પ્રત્યક્ષ પરિણામ છે.

જો કે ,શરૂઆતના તબક્કાઓ દરમિયાન આ સફાઈની સાથે જે ઉદભવે છે તે ચોક્કસ આડ અસરો કે અલ્પ સમયની ઘટના અંગે મારા બધા સાથી કે મહાવરો કરનારને ચેતવણી આપવાનું મને ગમશે.

જ્યારે આદિ શક્તિ દ્વારા મનની ઇન્દ્રિયજન્ય મનોવિકારની અભિવ્યક્તિઓના એક મોટા હિસ્સાની સફાઈ કરવામાં આવે છે ત્યારે તાજું તાજું સાફ થયેલું મન થોડું વધારે સંવેદનશીલ અને ભાવનાત્મક બની જાય છે.

મેં મારા ગુરુને પૂછ્યું હતું કે આ પ્રક્રિયા શા માટે આવી સામી વિરોધાભાસી રીતે બને છે. હકીકતમાં, એ મારા ગુરુ જ હતા કે જેમણે તેમની ચર્ચાઓના મૂદાઓ પૈકીના એક મૂદા તરીકે આ મુદાને ઉઠાવ્યો હતો અને બાબતને સ્પષ્ટ કરી હતી.

તે પાવન આત્માએ જણાવ્યું હતું કે તે એક કુદરતી પ્રક્રિયા છે ,કે જે દરેક બાબતો થી સુરક્ષિત બને તે પહેલા પ્રારંભિક તબક્કાઓ દરમિયાન મગજની સફાઈની સાથે આવે છે.

દરેક સાધક આ ઘટનાથી પરિચિત હોવો જરૂરી છે. તે એકદમ કુદરતી રીતે ટૂંકા સમય માટે બને છે અને તેના વિશે ચિંતા કરવાની જરૂર નથી .મારા ગુરુએ કહ્યું હતું કે ,તે હકીકતમાં યોગમાં સારી પ્રગતિની નિશાની છે. મેં અગાઉના પ્રકરણો પૈકીના એક પ્રકરણમાં કહ્યુ હતું તે મુજબ ,યોગની સાધનાના માર્ગ ઉપર ઘણા અવરોધો ઊભા થશે.

ઉદાહરણ તરીકે,જ્યારે જ્યારે હું ધ્યાન માટે બેસતો હતો ત્યારે ત્યારે મને મારા ધ્યાનમાં ખલેલ ના પહોંચે તે માટે જરૂરી અગમચેતીના બધા જ પગલાં લેવાની ટેવ હતી. મને મારો ફોન સાઈલેંટ મોડ ઉપર મૂકવાની ટેવ હતી, એ વાતની ખાતરી

કરતો હતો કે બધા જ વીજ ઉપકરણો સ્વીચ ઓફ કરેલા હોય ,બધી જ લાઈટો સ્વીચ ઓફ કરેલી હોય અને દરવાજાને આંકડીયો લગાવેલ હોય વગેરે.

જો કે ,જ્યારે જ્યારે ખલેલ ઉદભવાની હોય ત્યારે ત્યારે તે ઉદભવશે જ પછી ભલે ગમે તે સાવધાનીના પગલાઓ લેવામાં આવ્યા હોય.

સમજવાનો મુદો એ છે કે ધ્યાનમાં અવરોધો એ અગાઉની ક્રિયાઓ નાં પરિણામો છે. અવરોધોમાંથી પસાર થવું ફરજીયાત છે જેથી કરીને ધીમે ધીમે તે ખાલી થાય છે અને પછી સાધકને મૂશ્કેલીમાં મૂકવાનો આગળ જતા પ્રયત્ન કરતા નથી. અન્યથા, સાફ નહિ થયેલી અભિવ્યક્તિઓ વૈવિધ્યપૂર્ણ શારીરિક કે માનસિક અવરોધો સ્વરૂપે પ્રગટ થઈને ધ્યાનમાં અવરોધ ઊભા કરવાનું ચાલુ રાખશે.

મારા બધા જ સાથી યોગ સાધકોને હું વિનમ્રતાપૂર્વક એક બાબત યાદ રાખવા વિનંતી કરું છું. અહંકારવાદના રંગથી રંગાયેલ સ્વ-શરણાગતિ કે આત્મસમર્પણના ના તમારા સ્વૈચ્છિક કાર્યથી પણ તમે સર્વ જ્ઞાત આદિ શક્તિને મૂર્ખ બનાવી શકતા નથી.

તમારા ગુરુ ને પ્રાર્થના કરો કે દરેક ક્ષણે ખુદની પ્રમાણીકતા તમારા જીવનનો સાચો શ્વાસ બની રહે !

મુદો ,કે જે હું મારા બધા જ સાથી મહાવરો કરનારને પહોચાડવા માંગુ છું તે એ છે કે તે અવરોધો દરેક વ્યક્તિ માટે ઊભા થાય છે અને તે એક કુદરતી સિધ્ધાંત છે. અવરોધોનો પ્રતિકાર કરશો નહી. પ્રતિકાર કરવો એ યોગ સાધનાના સિદ્ધાંતથી વિરુદ્ધની બાબત છે.

હવે પછી હું બધા જ વાંચકોને જે વાત પાઠવવા માંગુ છું તે એ છે કે મનની સ્વચ્છતાની પ્રક્રિયા દરમ્યાન તેનું મન લપસી પડે તેવું બની શકે છે પરંતુ તે એક કુદરતી ઘટના છે કે જે દરેક વ્યક્તિ માટે બને છે. તે અંગે ચિંતા કરવાની કોઈ જ જરૂર નથી. તે એક માત્ર હંગામી ઘટના છે .બધા જ યોગના લખાણો એ હકીકતના પ્રમાણ છે કે યોગની સાધના કરનાર દરેક વ્યક્તિ યોગ સાધનની પ્રગતિ દરમિયાન સમયે સમયે લપસી પડે તે શક્ય છે. મારા ગુરુએ જણાવ્યા મુજબ આ ઘટના દરેક વ્યક્તિ સાથે બને છે. તે નજીવી રીતોમાં અનેક પ્રસંગોએ અને કમ સે કમ એક વાર મોટી રીતમાં મારી સાથે બનેલ છે.

કુંડલિની શક્તિ પ્રારંભિક રીતે જાગે છે ત્યારે જે બને છે તે એ છે કે વ્યક્તિને ઝડપથી ખૂબ ઊંચા પ્લેટફોર્મ ઉપર લઇ જવાય છે અને ત્યાર પછી વ્યક્તિ સરકે છે કે લપસે છે કોઈ મોટી ઈજા થશે નહી. વ્યક્તિને શરૂઆતમાં એવી કક્ષાએ લઇ જવાય છે કે જ્યાં અગાઉના જન્મ દરમિયાન સાધનને અટકાવવામાં આવી હતી.

યોગની સાધના કોઈપણ વ્યક્તિ માટે શરૂ થાય છે બરાબર તે તબક્કેથી કે જ્યાંથી ભૂતકાળની જિંદગીમાં તેને પડતી મૂકી હતી. તે ફરીથી પછીની જિંદગીમાં

બરાબર ત્યાંથી શરૂ થશે કે જ્યાંથી હાલની જિંદગીમાં તે પહોંચ્યો છે ,જો વ્યક્તિ સ્વ-સાક્ષાત્કારની સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરવામાં નિષ્ફળ ગયો હોય તો.

તે સર્વ શક્તિમાન પરમાત્મા તરફથી મળેલ એક ભેટ છે. એક માત્ર ભેટ કે જેને સદાય ભેટ કહી શકાય છે.

મગજમાંથી બધી જ ઇન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓની સફાઈની પ્રક્રિયા દરમિયાન અન્ય પ્રકારની વિવિધ ઘટનાઓ પણ બને છે.

ઉદાહરણ તરીકે ,થોડા નજીવા અકસ્માતો હળવા સ્વરૂપે બની શકે છે.

જો તમે યોગ સાધના કરનારને ક્યારેય નજીવા અકસ્માતમાં ઊછળતા જુઓ તો તેને કે તેણીને અભિનંદન આપવાનું ભૂલશો નહી !સર્વોચ્ચ આદિ શક્તિએ હળવા અકસ્માતના સ્વરૂપે માત્ર આશિર્વાદ જ વરસાવ્યા છે ,મોટા કમનસીબ અકસ્માતના સ્વરૂપની પૂર્ણ તાકાતવાળી પ્રતિક્રિયાને બદલે .

આ જ રીતે સુખની ઘટનાઓ પણ ફરી હળવા સ્વરૂપે બની શકે છે. આ વખતે તેને કે તેણીને અભિનંદન આપવાનું ભૂલશો નહી !આ શુદ્ધપ્રકારની રમૂજ છે.

વાંચકોને એ યાદ રાખવા વિનંતી કરવામાં આવે છે કે સુખી અને દુખી એમ બંને ઘટનાઓને સર્વ જ્ઞાત શક્તિ દ્વારા ઝડપી રીતે દૂર કરવામાં આવે છે !

યોગના મહાવરા દરમિયાન ગુરુનું માર્ગદર્શન

યોગ સાધક માટે તેના કે તેણીના પ્રત્યેક તબક્કે મહાવરો કરનારને યોગ્ય રસ્તે રાખવા માટે યોગના મહાવરા દરમિયાન ગુરુનું માર્ગદર્શન મહત્વનું છે.કોઈપણ મહાવરો કરનાર માટે યોગના માર્ગ ઉપર પૂરતા લાંબા સમય સુધી ટકવું એકદમ શક્ય નથી.

બાહ્ય જગતના આકર્ષણો અને વિક્ષેપો સાધક માટે ઘણા શક્તિશાળી હોય છે .તે કે તેણી સરળતાથી દુન્યવી માયાનો નો શિકાર બની શકે છે અને આધ્યાત્મિક માર્ગ ઉપરથી નીચે ગબડી પડે છે. ગુરુ સતત રીતે સજાગ હોય છે અને મહાવરો કરનારનું ધ્યાન રાખે છે.

હું મારી પોતાની જિંદગીના થોડા ઉદાહરણોનું વર્ણન કરીશ જેથી વાંચકો આ વિષયના અર્કને સરળતાથી સમજી શકશે.

મારા ગુરુ પાસેથી મળેલ માર્ગદર્શન કેવું મહત્વનું છે તે અંગે મારા અગાઉના પ્રકરણોમાં મેં પહેલાથી જ અમુક અનુભવો વર્ણવ્યા છે. મારા કિસ્સામાં ક્રિયાની સાચી શરૂઆત દીક્ષા ઉપર થઇ નહોતી અને ક્રિયા મારા શરીરમાં પ્રગટ થવાનું શરૂ થાય તે પહેલા મારા ગુરુને થોડા સમય મધ્યસ્થી કરવી પડી હતી.

ત્યાર બાદ ,મેં વર્ણન કર્યું છે કે મારા ગુરુ એ કેવી રીતે મારી શંકાઓ પૈકીની ઘણી શંકાઓને દૂર કરી હતી.ખાસ કરીને પાપ કરવાના મારા ભયો સાફ કરવા પડે તેમ હતા.અન્યથા ,મારી યોગની આગળની પ્રગતિ થીજી ગઈ હોત.મારા મગજને સાફ કરવા માટે મારે જ્યારે જ્યારે જવાબોની જરૂર પડી હતી ત્યારે ત્યારે મારા ગુરુ સતત સંદર્ભ માર્ગદર્શિકા બન્યા હતા.

ઉપરાંત ,મેં એ વાતનું વર્ણન કર્યું છે કે મારા ગુરુએ આપેલા મંત્રની અસરના કારણે મારી જિંદગીમાં રહેલા નાણાકીય પ્રશ્નોમાંથી હું કેવી રીતે બહાર આવ્યો હતો.

હવે, હું એવી કોઈ બાબત વિશે લખીશ ,કે જે દરેક યોગ સાધક માટે ખૂબ મહત્વની છે.

એકવાર ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થાય ત્યાર બાદ, મેં અગાઉના પ્રકરણોમાં પહેલાથી જ કહ્યું છે તે મુજબ, તે કાં તો બધા જ આવરણોમાં એકસાથે પ્રગટ થવાનું શરૂ કરે છે અથવા કોઈ વાર છૂટી છવાઈ રીતે પ્રગટ થવાનું શરૂ કરે છે .ચાલો, આપણે હવે એવું ધારી લઈએ કે એક વ્યક્તિની સામાન્ય રોજીંદી દિનચર્યામાં ક્રિયા પ્રગટ થવાનું શરૂ થઇ ગયેલ છે.

શું વાંચકો કલ્પના કરી શકે છે કે પરિણામ શું હશે ?

ઘટનાઓ પ્રગટ થવાનું ઝડપી દરે શરૂ થાય છે. વ્યક્તિનું ભાવિ ઝડપી

બને છે જેથી સંચિત થયેલું ચારિત્ર્ય ઝડપી ગતિએ સ્વચ્છ થાય છે. કોઈક વખતે, મહાવરો કરનાર માટે આ ભારને સહન કરવાનું મૂશ્કેલ બને છે.

ઘણી વખતે મારે મારા ગુરુને મારું ભાગ્ય જે ઝડપથી પ્રગટ થઇ રહ્યું હતું તે અંગે ફરિયાદ કરવી પડી હતી. યાદ રાખો કે આ ઝડપી ગતિ હંમેશા આનંદદાયી ના હોય તેવું બની શકે છે. ઘણી વખત અહંકાર યુક્ત 'જ્ઞાનના આવરણ 'સાથે સંબંધ ધરાવતી ઘટનાઓ.અપ્રિય અનુભવો મહાવરો કરનારે સહન કરવા પડે છે. આ એ રીત છે કે જે રીતે સર્વોચ્ચ શક્તિ જેને સંસ્કૃત લખાણોમાં બુદ્ધિ કહે છે તેમાંથી અહંકારવાદની છેલ્લી નિશાનીને દૂર કરે છે.

તેથી ,જ્યારે ક્રિયાની ગતિ ઘણી ઝડપી બનતી હતી ત્યારે હું મારા ગુરુને રાહત માટે વિનંતી કરતો અને મારા ગુરુ મારા જીવનમાં પ્રગટ થતી ઘટનાઓની ગતિ નિયંત્રિત કરતા હતા.

આ જ રીતે ,સાધક માટે યોગ સાધનાને સરળ બનાવવા માટે વ્યક્તિના જીવનમાંથી અપ્રિય અનુભવ માત્ર ગુરુ જ દૂર કરી શકે છે. કોઈક વાર ,ગુરુ જાતે જ વ્યક્તિના રોગો સહિતના અપ્રિય અનુભવોને પોતાની ખુદની માથે તબદીલ કરીને ભારને લઇ લેતા હતા. જો કે ,ગુરુ ખૂબ હળવા સ્વરૂપે તેમનો અનુભવ કરીને પોતાની જાતનું સરળતાથી રક્ષણ કરી શકે તેમ હતા.

કોઈક વાર ગુરુ આનંદદાયક અનુભવોને પોતાના નિયંત્રણમાં લઇ લેતા હતા કારણ કે આમ કરવાથી સાધક દુન્વયી જીવનના આકર્ષણોનો શિકાર બનતો નથી. જ્યારે આ પ્રકારની બાબતો બને છે ત્યારે ગુરુ તેને એવી ગહન રીતે કરે છે કે સાધક તે સમયે તેને ઓળખી પણ શકતો નથી.

હું એવા ઘણા અનુભવોને યાદ કરી શકું છું કે જેમાં મારા ગુરુએ મારા ભાવિનું આવી ગહન રીતે નિયંત્રણ કર્યું હતું. વ્યક્તિના ચારીત્ર્યના સારા અને ખરાબ એમ બંને પાસાઓને દૂર કરવાની જરૂર પડે છે.

યોગ સાધકના ભાવિનું આ નિયંત્રણ કે જે પ્રત્યક્ષ રીતે ગુરુ દ્વારા કરવામાં આવે છે તે અતિશય ગૂઢ છે. મને શંકા છે કે વાંચકો આ બાબતને સમજી શકશે કે કેમ. અને આ મુદાને વાંચકો સમક્ષ અસરકારક રીતે મુકવાની મારી પોતાની ક્ષમતા અંગે પણ મને શંકા થાય છે. ગમે તે હોય, મને તે પ્રયત્ન કરી લેવા દો.

એક દિવસ હૈદરાબાદ શહેરમાં મારા ગુરુને મળવા માટે હું મારા રસ્તા ઉપર સ્કુટર ચલાવી રહ્યો હતો.

મારા ગુરુએ મને સરનામું આપ્યું હતું અને તેમને ત્યાં મળવાનું મને કહ્યું હતું.

હું શહેરથી વધારે પરીચિત ન હતો.તેથી મેં શહેરનો નકશો કાઢ્યો અને શહેરમાં પરીચિત રસ્તાઓમાં થઈને મારા માર્ગને અંકિત કર્યો હતો.જો કે, મેં વધુ લાંબો માર્ગ પસંદ કર્યો હતો કે જે બિનજરૂરી હતો. હું વધુ ટૂંકા રસ્તાથી પરીચિત

નહી હોવાથી હું બિનજરૂરી રીતે મુખ્ય માર્ગના સ્થાનથી એક લાંબો ચકરાવો લઇ રહ્યો હતો.

જ્યારે હું વાહન ચલાવી રહ્યો હતો ત્યારે મારો મોબાઈલ ફોન વાગવાનું શરૂ થયું. સામાન્ય રીતે જ્યારે વાહન ચલાવતો હોઉં ત્યારે હું જવાબ આપતો નથી, ખાસ કરીને ત્યારે કે જ્યારે હું બે પૈડાવાળું વાહન ચલાવતો હોઉં છું. જો કે, કોલ કરનારનું નામ જોવા માટે મેં સ્ક્રીન ઉપર ઊડતી નજર નાખી. આ વખતે તે કોલ મારા ગુરુએ કરેલ હતો.

તેથી,મેં મારું વાહન રોક્યું હતું અને ફોન કોલ ઉપર ધ્યાન આપ્યું મ્હાતું.

કોઈ બીજા વ્યક્તિનો અવાજ સાંભળીને મને આશ્ચર્ય થયું હતું. તે વ્યક્તિએ મને કહ્યું હતું કે મારા ગુરુ એ તેને સૂચના આપી કે મને સાચા રસ્તાનું માર્ગદર્શન આપવું. તેણે વિશેષમાં મારા અત્યારના સ્થાનની તપાસ કરી હતી. ત્યારબાદ, તેણે કહ્યું હતું કે મારા નિયત મુકામે પહોંચવા માટે મારા ઈચ્છિત માર્ગથી દૂર સમાંતરે મારે માત્ર થોડા વણાંક લેવાની જરૂર છે.

જો ફોન કોલ થોડી વધુ મીનીટો પછી આવ્યો હોત તો હું મારા અગાઉના અંકિત કરેલ માર્ગ ઉપર આગળ વધી ગયો હોત કે જે એક લાંબા ચકરાવામાં પરિણમ્યો હોત.

જો ફોન કોલ કોઈ બીજી વ્યક્તિનાં ફોનમાંથી કરવામાં આવ્યો હોત તો હું રોકાયો ના હોત. તેથી મારા ગુરુએ તેમનો પોતાનો ફોન કોઈ બીજી વ્યક્તિને આપ્યો હતો અને તેની પાસેથી મને બરાબર રીતે તે ચોક્કસ સમયે કે જ્યાં હું માર્ગમાં ભૂલ કરવાની તૈયારીમાં હતો ત્યાં તેની પાસેથી મને સૂચના અપાવી હતી.

29 ઓગસ્ટ, 2011 ના રોજ , હું મારી કારમાં સંપૂર્ણ એકલો રસ્તા માર્ગે લાંબી સફર ઉપર નીકળી ગયો હતો.

કુલ અંતર લગભગ ત્રણ હજાર કિલોમીટર હતું, કે જેમાં સાંકડા રસ્તાઓનો સમાવેશ થતો હતો અને મેં તેને દસ દિવસોના કે તેટલા સમયગાળામાં સ્થળ જોવા માટેના વચ્ચેના વિરામો સાથે આવરી લેવાનું આયોજન કર્યું હતું. સફરની શરૂઆત શ્રીનગરથી થઇ હતી અને ગંતવ્ય કે પહોંચવાનું સ્થાન હૈદરાબાદ હતું. આ કોઈ પણ રીતે મારી પ્રથમ લાંબી સફરની પ્રમુસાફરી ન હતી. મારી મુસાફરીની શરૂઆતના થોડા દિવસો પહેલા, મેં મારા ગુરુને નજીકના રોકાણ ની જાણકારી આપી હતી.

મારા ગુરુએ ટેલીફોન ઉપર મને મંત્ર આપ્યો હતો અને તેને મનમાં યાદ રાખવાની મને સૂચના આપી હતી. તેમને વિશેષમાં મને સૂચના આપી હતી કે મારે આ મંત્રનું મારી લાંબી મુસાફરી શરૂ કરતા પહેલા અગિયાર વખત પુનરાવર્તન કરવું અને દરરોજ જે માર્ગ હું લઇ રહ્યો હતો તે માર્ગની સાથે પણ.

મને મારા ગુરુ દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હતું કે આ મંત્ર મારી રક્ષા માટે

હતો.મેં અગાઉ ઉલ્લેખ કર્યો હતો તે મુજબ, આ મારી કોઈ પણ રીતે પહેલી લાંબા સફરની મુસાફરી ન હતી અને મારા ગુરુએ અગાઉના પ્રસંગોએ મને આ પ્રકારનો મંત્ર આપ્યો ન હતો.

લગભગ આઠ દિવસો વાહન ચલાવ્યા બાદ હું હૈદરાબાદ શહેરના મારા અંતિમ મુકામ ઉપર હતો. મેં સગવડતાભર્યો માર્ગ પસંદ કર્યો હતો. તેમ છતાં આ માર્ગ સૌથી ટૂંકો માર્ગ નહોતો. મારા ગુરુએ સૂચના આપી હતી તે મુજબ, હું કોઈપણ સ્થાનથી શરૂઆત કરતા પહેલા દરરોજ અગિયાર વખત મંત્રનું પુનરાવર્તન કરતો હતો.

તે ચોક્કસ દુર્ભાગ્યપૂર્ણ દિવસે, હું ભારતની મધ્યે આવેલા અંદરના ભાગોમાંથી વાહન ચલાવી રહ્યો હતો.

જ્યારે મેં સાંકડા રસ્તા ઉપર એક બસને ઓવર ટેઈક કરવાનો પ્રયાસ કર્યો ત્યારે હું પ્રતિ કલાકના લગભગ સો કિલો મીટરની ઝડપે વાહન ચલાવી રહ્યો હોઈશ. બસનો ડ્રાઈવર નમતું મુકે તેમ ન હતો અને તેણે મને ઓવર ટેઈક કરવા જગ્યા આપી ન હતી. હું પણ ગતિ ધીમી પાડવાના મૂડમાં ન હતો અને એક તક લેવાનો નિર્ણય કર્યો હતો.

મારા અને બસ ડ્રાઈવર વચ્ચે ઈચ્છાઓનો ટકરાવ થયો હતો. બસ ડ્રાઈવરે વિચાર્યું હશે કે હું પ્રથમ ક્ષણ માટે પ્રકાશનો ઝબકારો કરીશ અને પછી ગતિ ધીમી પાડીશ. જો કે ,મેં મારી કારને ઝડપથી જતી બસની બાજુમાં ધકેલી હતી. પરિણામે, બસ મને ઓવર ટેઈક કરવાની જગ્યા આપતી નહી હોવાથી મને અંશત: રીતે રોડ ઉપરથી ઊતરી જવાની ફરજ પડી હતી.મારી કારના બે પૈડા રસ્તાની બાજુના પથરાઓ ઉપર હતા. હું તરત જ એ સમજી ગયો હતો કે હું આ રીતે બસને ઓવર ટેઈક કરી શકું તેમ ન હતો, કારણ કે રોડની બાજુના પથરા લીસ્સા ન હતા.

@shehnusarnamu

અંતે મારે રોડની આગળ ચાલતા અમુક લોકોને કારણે મારે નમતું મૂકવું પડ્યું અને એકાએક ગતિ ધીમી પાડવી પડી હતી. પરિણામે , મેં એકાએક બ્રેક લગાવી હતી અને મારી કાર ઉપરનો કાબુ ગુમાવ્યો હતો.

મારા જીવનની પછીની થોડી ક્ષણોમાં જે કાંઈ બન્યું હતું તે ઘણું કરીને ભૂલવા માટે લાંબો સમય લેશે !

વાહન કેવી રીતે નિયંત્રણ હેઠળ આવ્યું તેનું વર્ણન કરવાનું ખૂબજ મૂશ્કેલ છે. મેં ટાળી ના શકાય તેવા અકસ્માત સમક્ષ પહેલાથી જ મારી જાતને સોંપી દીધી હતી. મેં સ્પષ્ટ રીતે જીવન અને મૃત્યુ વચ્ચેની પાતળી રેખાને અનુભવી હતી. જોકે આ અનુભવે સેંકડો પાપોને ધોઈ નાખ્યા હોય તેવું બની શકે છે.

હું સમગ્ર પરીસ્થીતીમાંથી સહી સલામત બહાર આવ્યો હતો, અને મારા શરીર કે મારી કારને કોઈ જ રીતે નુકશાન થયું ન હોતું.

ઘટનાના પ્રત્યાઘાતમાં ઘટનાઓના સમગ્ર ક્રમને પચાવવાની જ્યારે મેં

કોશિશ કરી હતી ત્યારે મારા ગુરુ દ્વારા અપાયેલ મંત્રનો મારા મનમાં પડઘો પડી રહ્યો હતો.

આમ અતિશય ગૂઢ રીતે ગુરુ તેના સાધકના ભાગ્ય ઉપર દેખરેખ રાખે છે.

ગુરુ પ્રત્યક્ષ રીતે તેની અલૌકીક શક્તિઓ ના બતાવે તેવું બની શકે છે.

આ બે કિસ્સાઓમાં, દૂરના દર્શનની તાકાતનો મારા ગુરુ દ્વારા ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો!

જો કે, ફક્ત મુખોટાની પાછળ પ્રકાશની ભવ્યતાની જેમ,કે જે પ્રકાશ બહાર પ્રગટ થાય છે અને લોકો સમક્ષ દ્રશ્યમાન બને છે, ગુરુની અલૌકીક શક્તિઓ પણ તેના હાથ નીચેના મહાવરો કરનાર સમક્ષ વગર ઈરાદે છતી થાય છે .

આ પ્રકારની ઘટનાઓ મારી સાથે અસંખ્ય પ્રસંગોએ બની છે.જો કે વાંચકો વિષયને સમજી ગયા હોય તો તે પુરતું છે.

ચાલો આપણે સમગ્ર વાર્તાનું સરળ વિશ્લેષણ હાથ ધરીએ !

જો કે મેં કહ્યું હતું કે ગુરુની અલૌકીક શક્તિઓ કોઈક વખતે ઈરાદા વગર સાધક સમક્ષ પ્રગટ થતી હોય છે, તો પણ મારા ગુરુના પક્ષે તે એક સહેતુક કાર્ય હોઈ શકે છે. ગુરુ એક જ પ્રહારમાં અનેક હેતુઓ પ્રાપ્ત કરવાનો ઈરાદો રાખતા હોય તેવું બની શકે છે .

@snehusarnamu

સૌ પ્રથમ બધા જ કર્મો કે સંચિત થયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કે જે ભાવિના સ્વરૂપે પ્રગટ થવાની તૈયારીમાં હતા તેમને ધોઈ નાખવામાં આવેલ છે ! પછી ગુરુએ ઈરાદાપૂર્વક ઘટનાઓ કે જે પ્રગટ થવાની તૈયારીમાં હતી તેના સંકેતો પ્રગટ કરીને અલૌકીક શક્તિઓ જાહેર કરી હોય તેવું બની શકે છે ! આવું એટલા માટે કરેલું હોવું જોઈએ કે જેથી યોગ સાધકની ગુરુ પ્રત્યેની શ્રધ્ધા મજબૂત બને.

આ જ કારણ થી મેં કહ્યું હતું કે જે રીતે ગુરુ તેના યોગ સાધક શિષ્ય ઉપર ધ્યાન રાખે છે તે સમજવી અતિશય ગૂઢ છે !

જ્યારે આ પ્રકારની ઘટનાઓ બને છે ત્યારે, સાધક દ્રઢ પણે યોગ સાધના કરે લે છે જેથી તે કે તેણી યોગ વ્યવસ્થાની માન્યતા વગેરે ઉપર શંકા કરીને યોગ માર્ગથી ચલિત થતા નથી.

કુલ અંતર લગભગ ત્રણ હજાર કિલોમીટર હતું, કે જેમાં સાંકડા રસ્તાઓનો સમાવેશ થતો હતો અને મેં તેને દસ દિવસોના કે તેટલા સમયગાળામાં સ્થળ જોવા માટેના વચ્ચેના વિરામો સાથે આવરી લેવાનું આયોજન કર્યું હતું. સફરની શરૂઆત શ્રીનગરથી થઇ હતી અને ગંતવ્ય કે પહોંચવાનું સ્થાન હૈદરાબાદ હતું. આ કોઈ પણ રીતે મારી પ્રથમ લાંબી સફરની પ્રમુસાફરી ન હતી.

મારી મુસાફરીની શરૂઆતના થોડા દિવસો પહેલા ,મેં મારા ગુરુને નજીકના રોકાણની જાણકારી આપી હતી.

મારા ગુરુએ ટેલીફોન ઉપર મને મંત્ર આપ્યો હતો અને તેને મનમાં યાદ રાખવાની મને સૂચના આપી હતી .તેમને વિશેષમાં મને સૂચના આપી હતી કે મારે આ મંત્રનું મારી લાંબી મુસાફરી શરૂ કરતા પહેલા અગિયાર વખત પુનરાવર્તન કરવું અને દરરોજ જે માર્ગ હું લઇ રહ્યો હતો તે માર્ગની સાથે પણ.

મને મારા ગુરુ દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હતું કે આ મંત્ર મારી રક્ષા માટે હતો. મેં અગાઉ ઉલ્લેખ કર્યો હતો તે મુજબ, આ મારી કોઈ પણ રીતે પહેલી લાંબા સફરની મુસાફરી ન હતી અને મારા ગુરુએ અગાઉના પ્રસંગોએ મને આ પ્રકારનો મંત્ર આપ્યો ન હતો.

લગભગ આઠ દિવસો વાહન ચલાવ્યા બાદ હું હૈદરાબાદ શહેરના મારા અંતિમ મુકામ ઉપર હતો. મેં સગવડતાભર્યો માર્ગ પસંદ કર્યો હતો .તેમ છતાં .આ માર્ગ સૌથી ટૂંકો માર્ગ નહોતો મારા ગુરુએ સૂચના આપી હતી તે મુજબ ,હું કોઈપણ સ્થાનથી શરૂઆત કરતા પહેલા દરરોજ અગિયાર વખત મંત્રનું પુનરાવર્તન કરતો હતો.

તે ચોક્કસ દુર્ભાગ્યપૂર્ણ દિવસે, હું ભારતની મધ્યે આવેલા અંદરના ભાગોમાંથી વાહન ચલાવી રહ્યો હતો.

જ્યારે મેં સાંકડા રસ્તા ઉપર એક બસને ઓવર ટેઈક કરવાનો પ્રયાસ કર્યો ત્યારે હું પ્રતિ કલાકના લગભગ સો કિલો મીટરની ઝડપે વાહન ચલાવી રહ્યો હોઈશ. બસનો ડ્રાઈવર નમતું મુકે તેમ ન હતો અને તેણે મને ઓવર ટેઈક કરવા જગ્યા આપી ન હતી. હું પણ ગતિ ધીમી પાડવાના મૂડમાં ન હતો અને એક તક લેવાનો નિર્ણય કર્યો હતો.

મારા અને બસ ડ્રાઈવર વચ્ચે ઈચ્છાઓનો ટકરાવ થયો હતો. બસ ડ્રાઈવરે વિચાર્યું હશે કે હું પ્રથમ ક્ષણ માટે પ્રકાશનો ઝબકારો કરીશ અને પછી ગતિ ધીમી પાડી.   જો કે ,મેં મારી કારને ઝડપથી જતી બસની બાજુમાં ધકેલી હતી.

પરિણામે, બસ મને ઓવર ટેઈક કરવાની જગ્યા આપતી નહી હોવાથી મને અંશત :રીતે રોડ ઉપરથી ઊતરી જવાની ફરજ પડી હતી. મારી કારના બે પૈડા રસ્તાની બાજુના પથરાઓ ઉપર હતા. હું તરત જ એ સમજી ગયો હતો કે હું આ રીતે બસને ઓવર ટેઈક કરી શકું તેમ ન હતો, કારણ કે રોડની બાજુના પથરા લીસ્સા ન હતા.

અંતે મારે રોડની આગળ ચાલતા અમુક લોકોને કારણે મારે નમતું મૂકવું પડ્યું અને એકાએક ગતિ ધીમી પાડવી પડી હતી. પરિણામે ,મેં એકાએક બ્રેક લગાવી હતી અને મારી કાર ઉપરનો કાબુ ગુમાવ્યો હતો.

મારા જીવનની પછીની થોડી ક્ષણોમાં જે કાંઈ બન્યું હતું તે ઘણું કરીને

ભૂલવા માટે લાંબો સમય લેશે !

વાહન કેવી રીતે નિયંત્રણ હેઠળ આવ્યું તેનું વર્ણન કરવાનું ખૂબજ મૂશ્કેલ છે. મેં ટાળી ના શકાય તેવા અકસ્માત સમક્ષ પહેલાથી જ મારી જાતને સોંપી દીધી હતી. મેં સ્પષ્ટ રીતે જીવન અને મૃત્યુ વચ્ચેની પાતળી રેખાને અનુભવી હતી. જોકે આ અનુભવે સેંકડો પાપોને ધોઈ નાખ્યા હોય તેવું બની શકે છે.

હું સમગ્ર પરીસ્થીતીમાંથી સહી સલામત બહાર આવ્યો હતો, અને મારા શરીર કે મારી કારને કોઈ જ રીતે નુકશાન થયું ન હોતું.

ઘટનાના પ્રત્યાઘાતમાં ઘટનાઓના સમગ્ર ક્રમને પચાવવાની જ્યારે મેં કોશિશ કરી હતી ત્યારે મારા ગુરુ દ્વારા અપાયેલ મંત્રનો મારા મનમાં પડઘો પડી રહ્યો હતો.

આમ અતિશય ગૂઢ રીતે ગુરુ તેના સાધકના ભાગ્ય ઉપર દેખરેખ રાખે છે.

ગુરુ પ્રત્યક્ષ રીતે તેની અલૌકીક શક્તિઓ ના બતાવે તેવું બની શકે છે.

આ બે કિસ્સાઓમાં, દૂરના દર્શનની તાકાતનો મારા ગુરુ દ્વારા ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો!

જો કે, ફક્ત મુખોટાની પાછળ પ્રકાશની ભવ્યતાની જેમ, કે જે પ્રકાશ બહાર પ્રગટ થાય છે અને લોકો સમક્ષ દ્રશ્યમાન બને છે, ગુરુની અલૌકીક શક્તિઓ પણ તેના હાથ નીચેના મહાવરો કરનાર સમક્ષ વગર ઈરાદે છતી થાય છે .

@snehnusamamu

આ પ્રકારની ઘટનાઓ મારી સાથે અસંખ્ય પ્રસંગોએ બની છે. જો કે વાંચકો વિષયને સમજી ગયા હોય તો તે પુરતું છે.

ચાલો આપણે સમગ્ર વાર્તાનું સરળ વિશ્લેષણ હાથ ધરીએ !

જો કે મેં કહ્યું હતું કે ગુરુની અલૌકીક શક્તિઓ કોઈક વખતે ઈરાદા વગર સાધક સમક્ષ પ્રગટ થતી હોય છે ,તો પણ મારા ગુરુના પક્ષે તે એક સહેતુક કાર્ય હોઈ શકે છે. ગુરુ એક જ પ્રહારમાં અનેક હેતુઓ પ્રાપ્ત કરવાનો ઈરાદો રાખતા હોય તેવું બની શકે છે .

સૌ પ્રથમ બધા જ કર્મો કે સંચિત થયેલી ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ કે જે ભાવિના સ્વરૂપે પ્રગટ થવાની તૈયારીમાં હતા તેમને ધોઈ નાખવામાં આવેલ છે ! પછી ગુરુએ ઈરાદાપૂર્વક ઘટનાઓ કે જે પ્રગટ થવાની તૈયારીમાં હતી તેના સંકેતો પ્રગટ કરીને અલૌકીક શક્તિઓ જાહેર કરી હોય તેવું બની શકે છે! આવું એટલા માટે કરેલું હોવું જોઈએ કે જેથી યોગ સાધના કરનારની ગુરુ પ્રત્યેની શ્રધ્ધા મજબૂત બને.

આ જ કારણ થી મેં કહ્યું હતું કે જે રીતે ગુરુ તેના યોગ સાધક ઉપર ધ્યાન રાખે છે તે સમજવી અતિશય ગૂઢ છે !

જ્યારે આ પ્રકારની ઘટનાઓ બને છે ત્યારે, સાધક દ્રઢ પણે યોગની સાધના કરે છે, જેથી તે કે તેણી યોગ વ્યવસ્થાની માન્યતા વગેરે ઉપર શંકા કરીને નીચે ગબડી પડતા નથી.

અંતિમ શબ્દ

પરમાર્થવૃતિનો તેની એકદમ સાચી સમજ મુજબ શું અર્થ થાય છે ?

તે હકીકતમાં અજ્ઞાત છે કારણ કે સર્વોચ્ચ દૈવત્વ માનવજાતમાં જ તેની જાહેરાત સુનિશ્ચિત કરે છે.

આ બાબત ઉપર હું વિશેષ પ્રકાશ પાડવા માગું છું.

વાસ્તવમાં વ્યક્તિ જ્યાં સુધી અહંકારના રંગે રંગાયેલ હોય ત્યાં સુધી પોતાની સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો ઉપયોગ કરી પરમાર્થવૃતિ કરી શક્તિ નથી. જો કે, વ્યક્તિ એવા કાર્ય એટલે કે પરોપકારવૃતી વાળા પ્રકારના કાર્ય માટે માત્ર એક માધ્યમ બની શકે છે જો આવું સર્વોચ્ચ સર્વ શક્તિમાન પરમેશ્વર દ્વાર નિર્મિત થયું હોય તો.

કોઈપણ વ્યક્તિને ક્યારેય કોઈપણ અન્ય વ્યક્તિ પાસેથી મદદની જરૂર પડતી નથી. અને કોઈપણ વ્યક્તિ ક્યારેય કોઈપણ બીજા જીવને મદદ કરી શકતો નથી. બધી જ જીવંત વસ્તુઓનાં સાચા અસ્તિત્વને અનંત આત્મા અથવા સર્વોચ્ચ દૈવત્વ દ્વારા મદદ કરવામાં આવે છે. કોઈપણ બાહ્ય સ્ત્રોત ઉપર આધાર રાખવાની કોઈ જરૂર નથી.જીવના અસ્તિત્વ માટેની સાચી પ્રયુક્તિ પ્રથમ સ્થાનમાં આ રીતે બનાવવામાં આવેલ નથી.

તે અહંકારના રંગથી રંગાયેલી માનવની સ્વતંત્ર ઈચ્છા છે કે જે વ્યક્તિને એમ વિચારવા પ્રેરે છે કે તે અથવા તેણી જગતને હકારાત્મક રીતે અથવા નકારાત્મક રીતે પ્રભાવિત કરવા માટે કંઈક કરી શકે છે. આવી જ રીતે તે બાબત એ વ્યક્તિના કિસ્સામાં પણ સરખી છે કે જે એમ વિચારે છે કે તે અથવા તેણીને બાહ્ય સ્ત્રોતમાંથી મદદની જરૂર છે.તે બંને ખોટા છે.

પરિણામે, અનુકંપા, પરોપકારવૃત્તિ, પ્રેમ, દયા વગેરે શબ્દોનો તેમના વિરુદ્ધાર્થી શબ્દો ની જેમજ કોઈ આધાર નથી. આ વિચારો ગમે તેવા ભવ્ય દેખાતા હોય, તેમ છતાં માત્ર અહંકારવાદના રંગ સાથે રંગવા સાથે માત્ર બુદ્ધિ તરફથી તૈયાર થયેલા હોય છે. કોઈ વિચાર, ગમે તેવા ભવ્ય કે પાપમય દેખાતા હોય છતાં તેના અસ્તિત્વ માટે કોઈ જ આધાર ધરાવતા નથી. તે એક પ્રકારની ભ્રાંતિ માત્ર છે. તેમાં અહંકારવાદ દ્વારા ઇંધણ પુરવામાં આવે છે અને મગજ અને ઈન્દ્રિય અવયવો દ્વારા બાહ્ય જગતમાં રજૂ કરવામાં આવે છે !

માનવમાં પ્રતિસ્થાપિત દૈવત્વ ને એકલા સ્વ ની અંદરના માનવ દ્વારા જ પ્રગટ કરવાની જરૂર પડે છે. બીજી કોઈ જ બાહ્ય સંસ્થા નથી, કે જે બચાવ માટે આવી શકે છે.ગુરુ એક માધ્યમ છે કે જેના દ્વારા તે બને છે,તે પણ તેમના કેવળ દૈવી આશિર્વાદ દ્વારા.

સર્વશક્તિમાનની કૃપા વિના માનવમાં સ્વ-સાક્ષાત્કાર કે મોક્ષ થતો નથી.

અને આ શરત ગોઠવવામાં આવેલ હોવાથી,મગજ ને બધી જ ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ માંથી મુક્ત થવાની જરૂર પડે છે, કે જે તેણે સમયના લાંબા અવકાશથી કે અસંખ્ય પાછલા જન્મોથી સંચિત કરેલ હોય છે.

અને આ શરત ગોઠવવામાં આવેલ હોવાથી, કુંડલિની અથવા સર્વોચ્ચ આદિ બ્રહ્માંડીય શક્તિ (કે જેણે માનવનું સર્જન કર્યું છે) ને વ્યક્તિગત કક્ષાએ કરેલ સર્જનને દૂર કરવું પડે છે!

અને આ શરત ગોઠવવામાં આવેલ હોવાથી, ગુરુને આ બ્રહ્માંડીય શક્તિ સાથે છેડછાડ કરવાની અને તેને વિનાશ કે ઘાતક્રિયાની અવળી રીતમાં મૂકવાની જરૂર પડે છે.

જો કે માનવ મગજમાં જમા થયેલી ઈન્દ્રિય અભિવ્યક્તિઓ કદમાં એટલી રાક્ષસી હોય છે કે જે કાંઈ સર્જન થયું છે તેને દૂર કરવામાં લાંબો સમય લાગે છે .

જો ઈચ્છવામાં આવે તો તેની ગતિ ગુરુની ઈચ્છા દ્વારા ઝડપી બનાવી શકાય છે. જો કે, વિદ્યાર્થી અથવા યોગ સાધના કરનાર આ ગતિ ને ટકાવવા સમર્થ ના બને તેવું બની શકે છે. પરંતુ ગુરુ ચોક્કસપણે તેમના ભાવિને સૌથી વધુ કાર્યક્ષમ રીતે નિયંત્રિત કરી શકે છે. તેથી યોગ સાધના કરનારમાં પ્રયત્નની જરૂરી બચતનો ઉપયોગ ઉત્તમ સંભવિત રીતે ગુરુ દ્વારા કરવામાં આવે છે.

તેથી, ગુરુ પ્રત્યેની સંપૂર્ણ સ્વ-શરણાગતિ એ સાધકની એકમાત્ર જરૂરી બાબત છે.   અને ગુરુ એ માનવ માટેની એક માત્ર જરૂરીયાત છે.

હું મારૂ પુસ્તક પૂર્ણ કરું તે પહેલા બધા વાંચકો સમક્ષ એક છેલ્લો પ્રશ્ન મૂકીશ .

જ્યારે મન શાંત સ્થિતીમાં નથી અને સતત રીતે ભાવનાઓના રૂપમાં ઊભરતી ભરતીઓને આધીન છે ત્યારે કેવી રીતે કોઈ વ્યક્તિ આ ભ્રાંતિમય જગતમાં એક સાક્ષી કે મૂંગો પ્રેક્ષક રહી શકે?
તે ઈરાદાપૂર્વક કે બુદ્ધિપૂર્વક કરી શકાતું નથી.

મનને આ સ્થાન સુધી ઊંચે લઈ જવું પડે છે.
અને આ માત્ર દૈવત્વને સંપૂર્ણ સ્વ-શરણાગતિ દ્વારા જ થઈ શકે છે. આ કામ બુદ્ધિપૂર્વક થઈ શકતું નથી. અહંકારવાદના રંગથી રંગાયેલ સ્વ-શરણાગતિનું કાર્ય કામ લાગશે નહી.

તો પછી, અંતિમ ઉકેલ શું?

ગુરુ તરફથી દૈવી કૃપા એ અંતિમ ઉકેલ છે.

મારા ગુરુ, સ્વામી સહજાનંદ તીર્થને વિનમ્ર નમસ્કાર સાથે, હું બધા જ વાંચકો માટે સાચી દિશામાં પ્રેરણાની આશા રાખું છું !

શબ્દાવલી

આજ્ઞા ચક્ર : માનવ શરીરમાં આંખની બે ભ્રમરોની વચ્ચે સ્થિત ઉર્જાનું કેન્દ્ર.

અનાહત ચક્ર : કરોડ રજ્જુ ઉપરના હૃદયના ભાગમાં સ્થિત ઉર્જા કેન્દ્ર .

અનાહત ધ્વનિ : કોઈપણ વસ્તુ ભટકાયા વિના ઉત્પન્ન થયેલ અવાજ અને વ્યક્તિ દ્વારા આંતરિક રીતે સાંભળી શકાતો અવાજ .

આનંદમય કોશ : દિવ્યાનંદનું આવરણ .બ્રહ્માંડીય ભ્રમણા સ્વરૂપમાં વ્યક્તિગત આત્મા ઉપર રચાતું તે પ્રથમ સ્તર છે.આ તબક્કે આદિ શક્તિ તેના સૌથી વધુ ગહન અને પાયાના સ્વરૂપમાં હોય છે.

અન્નમય કોશ : ખોરાકનું આવરણ . સ્થૂળ માનવ શરીરના સ્વરૂપમાં વ્યક્તિગત આત્મા ઉપર રચાતું તે પાંચમું અને છેલ્લું સ્તર છે.

આશ્રમ : યૌગિક રીટ્રીટ.જેમની સીધી દેખરેખ હેઠળ લોકો દ્વારા યોગનો મહાવરો કરવાનો છે તેવા ગુરુ કે પૂજનીય શિક્ષકનું તે નિવાસસ્થાન છે.

બ્રહ્મ : સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડમાં કે તેની આગળ વ્યાપ્ત સર્વોચ્ચ દૈવત્વ કે ભગવાન કે સર્વ શક્તિમાન વગેરે.

બુદ્ધિ : તે બ્રહ્માંડીય ઉર્જાનીઊ સ્વરૂપ છે કે જેને વ્યક્તિમાં રહેલી બુદ્ધિ કહે છે અથવા ભેદ દર્શાવનારી બુદ્ધિ કે જેની સાથે અહંકાર ભિગો જ   સ્થિત થયેલો છે.

ચિત : વ્યક્તિમાં રહેલ મગજની સામગ્રી કે દ્રવ્ય .તે બધીજ સમજણોની બેઠક છે કે જ્યાં મુક્ત ઈચ્છાનો વ્યક્તિ દ્વારા ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

ચિત શક્તિ : તે બ્રહ્માંડીય ઉર્જાનું એક સ્વરૂપ છે કે જેને મનની શક્તિ કહે છે જે મગજમાં કામ કરે છે.

ચક્ર : મગજ અને કરોડ સંબંધિત તંત્રમાં રહેલ ઉર્જા કેન્દ્ર.

ગુરુ : પૂજનીય શિક્ષક કે જે એક વિધાર્થી કે શિષ્યના મગજમાંથી અંધકાર કે અજ્ઞાનને હાંકી કાઢે છે તેથી જ્ઞાનનો પ્રકાશ કે જે પહેલાથી જ સ્વની અંદર હોય છે તે પ્રકાશી ઉઠે છે.

ગુણો : મગજની સામગ્રીના ત્રણ ગુણો.

કારણ શરીર : બ્રહ્માંડીય ભ્રમથી ઘેરાયેલ ગુલામ બનેલ વ્યક્તિગત આત્મા .તેને અવિધિસરનું શરીર કહે છે.

ક્રિયા : બધી જ ઇન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓથી વ્યક્તિના મગજને સાફ કરવાના હેતુથી શરીર, મન અને રોજીંદી બાહ્ય જિંદગીમાં જે પ્રગટ થાય છે તે અનૈચ્છિક ઈચ્છા.

કુંડલિની ; સર્વોચ્ચ આદિ બ્રહ્માંડીય ઉર્જા કે જે બ્રહ્માંડના સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે.આ ઉર્જા દરેક વ્યક્તિમાં મગજ અને કરોડ સંબંધિત શારીરિક વ્યવસ્થાનાં પાયામાં સ્થિત થયેલ છે અને ગુદા અને જનનાંગ વિસ્તારની મધ્યમાં રહેલ છે.

કુંભ મેળો : તે નદી ઉત્સવ છે કે જે ગંગા નદીના કિનારા ઉપર ભારતમાં દર બાર વર્ષે એક વાર ઉજવવામાં આવે છે.

મનોમય કોશ : વ્યક્તિના આત્મા ઉપર રચાતું તે ત્રીજું આવરણ છે.તે બધી જ સમજોની બેઠક છે કે જ્યાં મુક્ત ઈચ્છાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

માયા : તેના સૌથી વધુ મૂળભૂત સ્વરૂપમાં રહેલ બ્રહ્માંડીય ભ્રમ કે બ્રહ્માંડીય ઉર્જા.

મણીપુર ચક્ર : તે માનવ શરીરમાં મગજ અને કરોડની વ્યવસ્થા ઉપર નાભિના ભાગે આવેલ ઉર્જા કેન્દ્ર છે .

મણી દ્વીપ : તે સર્વોચ્ચ આદિ બ્રહ્માંડીય શક્તિનું નિવાસ સ્થાન છે.તેને 'રત્નોના નાના ટાપુ' તરીકે ઓળખવામાં આવે છે અને તે 'દિવ્યાનંદ ના મહાસાગર' થી ઘેરાયેલો છે ! તે સંસ્કૃત લખાણો મુજબ અસંખ્ય ગણી ના શકાય તેવી દુન્વયી વ્યવસ્થાઓથી ઘણો જ દૂર ,વિશાળ અને અનંત બ્રહ્માંડની અંદર ખૂબ ઊંડે આવેલ છે.

મંત્ર : તે એક પવિત્ર સંસ્કૃત અક્ષર કે શબ્દ કે વાક્ય કે વાક્યોનો સમૂહ છે કે જે લખાણની ગમે તેટલી માત્રામાં ચાલી શકે છે.

મૂલધારા ચક્ર : ઉર્જા કેન્દ્ર .કે જે મગજ અને શરીરની વ્યવસ્થાના પાયામાં ગુદા અને જનનાંગ વિસ્તારની મધ્યમાં આવેલ છે.

ઓમ : તે પવિત્ર સંસ્કૃત શબ્દ કે ધ્વનિ કે મંત્ર છે કે જે આદિ બ્રહ્માંડીય શક્તિનું સાચું સ્વરૂપ રજૂ કરે છે.

પર શક્તિ : સર્વોચ્ચ આદિ બ્રમાંડી શક્તિ.

પ્રાણમય કોશ : વ્યક્તિગત આત્માને વીંટળાયેલું તે ચોથું આવરણ છે.તેને 'જીવન શક્તિનું આવરણ કહેવામાં આવે છે '!

પ્રકૃતિ : તે મૂળભૂત રીતે બ્રહ્માંડ કે કુદરતના સ્થૂળ સ્વરૂપની શક્તિ છે .

પ્રાણ : તે બ્રહ્માંડીય ઉર્જા અથવા સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં વ્યાપ્ત ગતિ ઉર્જાનું સ્વરૂપ છે.તે માનવ શરીરમાં 'જીવન શક્તિના આવરણ'માં વ્યાપ્ત જીવન શક્તિ પણ છે.

રજસ : મનના ત્રણ ગુણો પૈકીનો એક ગુણ કે જેના કારણે સર્જનાત્મકતા બધા સ્વરૂપમાં પ્રગટ થાય છે.

સાત્વિક : મનના ત્રણ ગુણો પૈકીનો એક ગુણ કે જેના કારણે જાળવણી કે પોષણનું કાર્ય બધા જ સ્વરૂપમાં પ્રગટ થાય છે.

સમાધિ : તે વિચારશૂન્યતાની એક સ્થિતી છે.સ્વ-સાક્ષાત્કાર થાય તે પહેલા તે બધા જ યોગના મહાવરાનું અંતિમ ધ્યેય છે.

શૈવીઝમ : ભગવાન શિવ, હિંદુ ધર્મના ત્રણ ભગવાનો પૈકીના એક ભગવાન કે જે ત્રણે ભગવાન સાથે મળીને ત્રિદેવ તરીકે ઓળખાય છે, તેના અનુયાયીઓની વિચારધારા .

શક્તિપથ : 'શક્તિનું વંશ ઉદગમ'. તે શક્તિપથ ની વ્યવસ્થાના સાધુઓ દ્વારા યોગનો મહાવરો કરનારને સિદ્ધ મહા યોગ વ્યવસ્થામાં દીક્ષા આપવા માટે ઉપયોગમાં લેવાતી એક પ્રયુક્તિ છે .

શક્તિ : આદિ બ્રહ્માંડીય શક્તિ.

શક્તિ પીઠ : આદિ બ્રહ્માંડીય શક્તિનું કેન્દ્ર કે મથક.

સિદ્ધ મહા યોગ : વ્યક્તિમાં કુંડલિની શક્તિ જાગી ગયા બાદ બધી જ વ્યક્તિગત યોગ વ્યવસ્થાઓને આવરી લેતી ભવ્ય યોગ વ્યવસ્થા. 'શક્તિ પીઠની પરંપરા' દ્વારા વ્યવહારમાં ઉતારાતી તે યોગ વ્યવસ્થા છે.

સ્વાધિસ્થાન ચક્ર : તે મગજ અને કરોડની શરીર વ્યવસ્થામાં જનનાંગ વિસ્તારના મૂળ નજીક આવેલ શક્તિનું કેન્દ્ર છે.

સૂક્ષ્મ શરીર : સ્થૂળ ભૌતિક શરીર સિવાયના બધા જ આવરણો ધરાવતું ગહન કે ગૂઢ શરીર. આ તે શરીર છે કે જે ભૌતિક શરીરને તેના મૃત્યુ પછી ફરી એકવાર અવતાર ધારણ કરવા માટે છોડી ડે છે.

તમસ : મનના ત્રણ ગુણો પૈકીનો એક ગુણ કે જેના કારણે બધા જ સ્વરૂપમાં વિનાશ પ્રગટ થાય છે.

તંદ્રા : યોગના લખાણો મુજબ તે સ્વપ્ન અવસ્થા અને જાગવાની અવસ્થા વચ્ચેની એક સ્થિતી છે.

તાંત્રિક : તંત્રનો મહાવરો કરનાર.યોગ વ્યવસ્થાનું એક સ્વરુપ.

તેહસીલ : વહીવટી વસાહત કે જે ભારતમાં એક જીલ્લાનો ભાગ છે.

વૈષ્ણવ દેવી : ભારતમાં જમ્મુ કાશ્મીર રાજ્યમાં હિમાલયમાં આવેલ ત્રિકુટ પર્વત ઉપર આવેલ દેવી. તે સૌથી વધુ લોકપ્રિય રીતે પૂજાતું શક્તિનું કેન્દ્ર છે.

વિશોક : દુઃખનો વિરોધી શબ્દ.

વિજ્ઞાનમય કોશ : અવિધિસરના શરીર ઉપર રચાતું બીજું આવરણ.આ આવરણમાં બુદ્ધિ અને અહંકાર સાથે આવેલા છે.તે સજાગ અને પ્રબુદ્ધ એમ બંને પ્રકારની ઈન્દ્રિયજન્ય અભિવ્યક્તિઓ માટેનું પણ ઘર છે.

યોગ : વ્યક્તિગત આત્માનું સર્વ શક્તિમાન પરમેશ્વર સાથેનું જોડાણ કે વિલીન થવાની ઘટના.

યોગી : કોઈપણ યોગ વ્યવસ્થાનો મહાવરો કરનાર.

યોગિની : કોઈપણ યોગ વ્યવસ્થાનો મહાવરો કરનાર મહિલા .

શક્તિપાત પંથના આશ્રમો

(શોધી શકાય તેવા અને સ્વાયત્ત)

1. નારાયણ કુટી સન્યાસ આશ્રમ, ટેકરી રોડ ,દેવાસ,મધ્ય પ્રદેશ ,ભારત ,પીન -455001, ટેલીફોન : +91072 7223891/31880
2. સ્વામી વિષ્ણુ તીર્થ સાધન સેવા ન્યાસ, 12 -3,જુના પલાસીયા ,જોપટ કોટી,ઇન્દોર , મધ્ય પ્રદેશ ,ભારત ,પીન -45 2001, ટેલીફોન : +91 0731 566386/564081
3. સ્વામી શીવોમ તીર્થ કુંડલિની યોગ કેન્દ્ર, દુર્ગા મંદિર,કલેકટર બંગલો પાસે,ચિંદવાડા,મધ્ય પ્રદેશ,ભારત ,પીન- 48 0001 , ટેલીફોન : +91 07162 42640
4. સ્વામી શીવોમ તીર્થ આશ્રમ, મુકરજી નગર,રાઈસણ, મધ્ય પ્રદેશ,ભારત,પીન – 464551, ટેલીફોન : +91 07482 22294
5. સ્વામી શીવોમ તીર્થ મહા યોગ આશ્રમ, ખારી ઘાટ ,જબલપુર, મધ્ય પ્રદેશ,ભારત, પીન – 482008 , ટેલીફોન : +91 0761 665027
6. દેવાત્મા શક્તિ સોસાયટી, 74, નાવલી ગામ,પોસ્ટ ધહીસર (વાયા મુમ્બરા), મુંબઈ પનવેલ રોડ ,થાણે જીલ્લો ,મહારાષ્ટ્ર ,ભારત , પીન- 400612 , ટેલીફોન : +91 022 7411400

7. સિદ્ધ મહા યોગ ટ્રસ્ટ, મકાન નંબર 8-3-952/10/3(1167),બીજો માળ,શ્રીનગર કોલોની રોડ ,હૈદરાબાદ ,આંધ્ર પ્રદેશ, ભારત ,પીન -500073, ટેલીફોન : +91 9848219240
8. શીવોમ કૃપા આશ્રમ ટ્રસ્ટ, મકાન નંબર 28-14 63 /1,,તેને બંદા ,શીવોમ નગર ,ચિત્તોડ, આંધ્ર પ્રદેશ, ભારત ,પીન -517004, ટેલીફોન : +91 9440069096, 08572 49048
9. યોગ શ્રી પીઠ આશ્રમ, શિવાનંદ નગર,મુની-કી-રેતી ,ઋષિકેશ,ઉત્તરાખંડ ,ભારત,પીન- 249201, ટેલીફોન : +91 0135430467
10. ઓમ કાર આશ્રમ ,ચિત્તોર શાસણગીર, જુનાગઢ,ગુજરાત,ભારત
11. ઓમ કાર સાધન આશ્રમ ,આણંદ, ગુજરાત,ભારત
12. સ્વામી વિષ્ણુ તીર્થ જ્ઞાન સાધન આશ્રમ, કુબુન્ડુ રોડ ,કેદી ગુજ્જર,ગન્નુર ,સોનેપત જીલ્લો,હરયાણા,ભારત,

ટેલીફોન : +91 0124 62150 /61550

13. વિષ્ણુ તીર્થ સિદ્ધ મહા યોગ સમસ્તાનમ, શીવોમ

કુટી આશ્રમ,કાલેશ્વર મંદિર નજીક, બહાદુરપુર રોડ ,અમાલનેર પોસ્ટ,જલગાઓન જીલ્લો , મહારાષ્ટ્ર ,ભારત,પીન- 425401

14. ગુરુ નિકેતન,શિવ કોલોની, ડાબરા,ગ્વાલિયર જીલ્લો,મધ્ય પ્રદેશ ,પીન- 475110, ટેલીફોન : +91 07524 22153
15. સ્વામી શીવોમ તીર્થ આશ્રમ, 1238 .RRT.97,સ્પેરો બુશ ,ન્યુ યોર્ક,12870 યુ.એસ.એ.
16. સ્વામી શીવોમ તીર્થ આશ્રમ, રૂટ નંબર. 97 , પોંડ એદડી,સુલીવાન કાઉન્ટરી, ન્યુ યોર્ક ,યુ.એસ.એ.
17. સ્વામી શીવોમ તીર્થ આશ્રમ, 39, એડગરમીયર ડ્રાઈવ ,સીયરીંગટાઉન , ન્યુ યોર્ક ,11507 ,યુ.એસ.એ.
18. એન.વાય ની દેવાત્મા શક્તિ સોસાયટી , પી.ઓ. બોક્સ 1432, ન્યુ યોર્ક ,10185, યુ.એસ.એ.

19. Mr Ravi Kumar Kousik, Hyderabad, India, Mobile No. +91 8978611137

20. Mr Ajay Humsagar, Hyderabad, India, Mobile No. +91 9449824331

21. Mr Nageswar Rao, Andhra Pradesh, India, Mobile No. +91 8121451216, 9032711335, 8639139422, 9291243367, 9032439290

લેખક વિષે

લેખકના મનમાં તેમની પંદર વર્ષની આયુમાં જ પર્વતારોહણમાં તેમની રૂચી અને સાહસવૃત્તિ માટેના તેમના જુસ્સા તેમજ પવિત્ર ગંગા નદીના સ્ત્રોત એવા પર્વતોના રાજા હિમાલય પ્રત્યે આકર્ષણ જાગ્યું હતું.

તેમની બે હજારથી વધુ કિલોમીટરની યાત્રા એક અલગ પ્રકારની યાત્રા સિદ્ધ થઇ હતી, જયારે તેઓ યુવાવસ્થામાં હતા અને હિમાલયમાં વસવાટ કરતા તેમના પરમ પવન ગુરુજી સાથે ટ્રેનમાં જ તેમનો મેળાપ થયો!

લેખકે યુવાન વયે આ યાત્રાનો પ્રારંભ કર્યો તેના ઘણા સમય પહેલાથી જ જાણે તેમની જાણ વિના તેમના ભાગ્યમાં આ યાત્રા લખાયેલી હતી !

લેખક હાલમાં ભારતીય સેનામાં સેવા બજાવે છે.